SIMON BARON-COHEN

KÖTÜLÜĞÜN ANATOMİSİ

Empati ve Zalimliğin Kökenleri Üzerine

Çeviren: Tuna Tezgel

say

KÖTÜLÜĞÜN ANATOMİSİ

Simon Baron-Cohen

1958 yılında İngiltere'de doğmuştur. Cambridge Üniversitesi'nde Gelişimsel Psikopatoloji profesörü olarak görev yapmaktadır. Üniversitenin Otizm Araştırma Merkezi'nin yöneticisidir. 400 adet bilimsel makalesinin yanı sıra *The Essential Difference: Men, Women and the Extreme Male Brain, Mindblindness: An Essay on Autism and Theory of Mind* ve *Autism and Asperger Syndrome* isimli kitapları kaleme almıştır.

Tuna Tezgel

1977'de İstanbul'da doğdu. Ortaokul ve liseyi İzmir Bornova Anadolu Lisesi Almanca bölümünde okudu. Üniversiteyi Dokuz Eylül ve Sofya Teknik Üniversitesi Endüstri Mühendisliği bölümlerinde okudu. Yurtiçi ve yurtdışında çeşitli firmalarda mühendislik yaptı. Kurgu dışı alanlarda bilim, felsefe, sosyoloji, psikoloji; kurgusal alanlarda da fantastik ve bilim-kurgu dallarıyla ilgileniyor.

KÖTÜLÜĞÜN ANATOMİSİ

Empati ve Zalimliğin Kökenleri Üzerine

Simon Baron-Cohen

İngilizceden çeviren:
Tuna Tezgel

say

Say Yayınları
Psikoloji



Kötülüğün Anatomisi / Simon Baron-Cohen
Özgün adı: *Zero Degrees of Empathy*

ISBN 978-605-02-0525-1
Sertifika no: 10962

İngilizceden çeviren: Tuna Tezgel
Yayın koordinatörü: Levent Çeviker
Yayıma hazırlayan: Nilay Ormanlı
Kapak ve sayfa tasarımı: Artemis İren

Baskı: Lord Matbaacılık ve Kâğıtçılık
Topkapı / İstanbul
Tel.: (0212) 674 93 54
Matbaa sertifika no: 22858

1. baskı: Say Yayınları, 2016

Say Yayınları
Ankara Cad. 22/12 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Tel.: (0212) 512 21 58 • Faks: (0212) 512 50 80
www.sayyayincilik.com • e-posta: say@sayyayincilik.com
www.facebook.com/sayyayinlari • www.twitter.com/sayyayinlari

Genel Dağıtım: Say Dağıtım Ltd. Şti.
Ankara Cad. 22/4 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Tel.: (0212) 528 17 54 • Faks: (0212) 512 50 80
internet satış: www.saykitap.com • e-posta: dagitim@saykitap.com

İçindekiler

Kesinliği mizah ve şefkatle açıklayan,
Cambridge Üniversitesi'nden Bilim Felsefesi Profesörü
Peter Lipton'un (1950-2007)
ve
beş çocuğu ile beş torununa içsel güzelliğini bahşeden
Judy Ruth Greenblatt'in (1933-2008)
anısına...

Teşekkür

Bu kitap, hassas tabiatlı insanlara göre değil. İnsan zalimliğini eğlenceli bir şekilde kaleme alamazsınız; bu yüzden, keyif verecek bir şeyler okumak istiyorsanız bundan sonrasına devam etmeyin. Bu kitapta "kötülüğü" empati açısından yeniden tanımlama ve neden bazı insanların diğerlerinden daha çok ya da daha az empati sahibi olduğunu ve empatiyi kaybettiğimizde neler olduğunu inceleme girişiminde bulunuyorum. Örnekler her ne kadar ıstırap verici, hatta şok edici olsa da empatinin doğası (en azından benim için) sonu gelmez bir büyüleyiciliğe sahip. Empati üzerine yaptığım araştırmalar, özellikle de yetenekli bilim insanlarından oluşan harika bir çalışma grubuna sahip olduğum için ayrıca heyecan vericiydi. Onlara teşekkür ediyorum.

Bilim insanları tuhaf şeyler toplarlar (Darwin'in böcek ve ispinoz topladığı herkesçe bilinir). Biz, empati araştırmacıları olarak duyguları topladık! Bu 412 duygunun hepsini *Mindreading* (Zihin-Okuma) isimli DVD'mize koyduk.[1] Bu elektronik kütüphaneyi Ofer Golan, Sally Wheelwright, Jacqueline Hill ile birlikte hazırladık; ayrıca Ofer Golan, Emma Ashwin, Yael Granader, Kimberly Armstrong, Gina Owens, Nic Lever, Jon Drori, Nick Paske, Claire Harcup ve ben, empatiyi öğrenmeye çabalayan okulöncesi yaştaki otistik çocuklara bunu öğretmenin eğlenceli bir yolu olarak *The Transporters* (Taşıyıcılar) isimli ikinci bir DVD hazırladık.[2]

Bilim insanları, ayrıca, bir şeyleri ölçmenin yeni yollarını geliştirirler. Bizim için zorluk, empatideki bireysel farklılıkları ölçmek için yeni yöntemler ortaya koymaktı. İlk olarak Sally Wheelwright, Carrie Allison, Bonnie Auyeung ile birlikte Empati Katsayısını (EQ) geliştirdik; bunu Ek-1'de görebilirsiniz. Empatinin nerede saklandığını bulabilmek için Chris Ashwin, Bhismadev Chakrabarti, Mike Lombardo, John Suckling, Ed Bullmore, Meng-Chuan Lai, Matthew Belmonte, Jac Billington, John Herrington, Howard Ring, Steve Williams, Marie Gomot, Ilaria Minio-Paluello ile beyin tarama çalışmaları yaptık. "Testosteron sorununu"[3] ve bunun empati üzerindeki etkilerini incelemek için Bonnie Auyeung, Rebecca Knickmeyer, Emma Ashwin (Emma Chapman), Svetlana Lutchmaya, Liliana Ruta, Erin Ingudomnukul, Lindsay Chura, Kevin Taylor, Peter Raggat, Geral Hackett ile birlikte bebeklerden amniyon sıvısı, yetişkinlerden de kan örnekleri aldık. Ayrıca Bhismadev Chakrabarti, Frank Dudbridge, Sharmila Basu, Carrie Allison, Sally Wheelwright, Grant Hill-Cawthorne, Lindsey Kent ile "empati genlerini" aradık. Tüm bu projeler büyüleyiciydi.

Bir kitap yazarken yoğun bir araştırma laboratuvarını düzgün işler halde tutmak mükemmel bir idari desteği gerektirir: Gaenor Moore, Paula Naimi, Jenny Hannah, Carol Farmer ve Rachel Jackson iyi bir idari takım oldular. Ayrıca Gaenor, bu kitap için hiç de ufak olmayan bir iş yaptı, kaynakçayı derledi; bunun için kendisine müteşekkirim. Bhishmadev Charabarti ve Mike Lombardo bu kitabın taslak bölümleri ile ilgili bol bol yorumda bulundular. Özellikle Mike bu süreç boyunca bana sosyal nörobilim üzerine çok şey öğretti ki bu paha biçilmezdi.

Penguin UK'den Helen Conford ve Stefan McGrath 2004'ten beri bu kitabı sabırla bekliyorlardı! Kitap biçimlenirken Helen bana faydalı geri bildirimlerde bulundu. "Em-

pati genlerini" aramak zaman alan bir iş olduğundan kitabı bitirmek altı yılımı aldı. Yayıncı temsilcilerim olan Katinka Matson ve John Brockman bu kitabın ortaya çıkmasını beklerken aynı dikkate değer sabrı gösterdiler. Charlotte Riddings ve Jan Kristiannson'a yazı işleriyle ilgili seçkin tavsiyelerinden ve Basic Books'tan Thomas Keheller'e desteğinden ötürü minnettarım.

Bridget Lindley'e göstermiş olduğu tüm destek, ebeveynlerime (Judy ve Vivian) ve kardeşlerime (Dan, Ash, Liz ve Suzie) güvenilir mizah anlayışları ve çocuklarım Sam, Kate ve Robin'e maskaralıkları ve teşvikleri için özel olarak teşekkürlerimi iletiyorum. Umarım onlara, ebeveynimden almış olduğum ve onlara da kendi ebeveyninden miras kalan insani değerleri aktarabilmişimdir.

Otuz yıldır empati üzerine çalışıyorum. Artık amacım herkesin her açıdan bakabilmesi için bu dikkate değer konuyu masaya yatırmak. İlk kitabım olan *Mindblindness*'ta (Zihin Körlüğü) empatinin doğasının bir kısmına (diğer insanları nasıl anladığımız ile ilgili olan, yani empatinin "bilişsel" kısmına) ve empatiyle ilgili sorunların bolca bulunduğu otizme odaklanmıştım. İkinci kitabım olan *The Essential Difference*'ta (Temel Fark) empatinin (insanlara verdiğimiz duygusal tepkilerle, yani empatinin "duygusal" kısmıyla ilgili olan) ikinci kısmını ve iki cinsiyetin empati açısından ne gibi farkları olduğunu ele aldım. Yine bu kitapta, otistik insanların bu temel yeteneği edinmekte karşılaştıkları zorluklar üzerine bir analiz yaparak empatinin öteki yüzünü incelemiştim.

Şimdi, *Kötülüğün Anatomisi*'nde neden bazı insanların zalimleşebildiğini ve empati kaybının kaçınılmaz olarak bu zalimliğe neden olup olmadığını inceliyorum. Bu kitapta, beynin empati merkezinin alt katmanlarına ulaşıp onun sosyal ve biyolojik belirleyicilerini gözden geçirerek bu konu içerisinde daha önce indiğimden daha derinlere iniyorum. Ayrı-

ca, empati kaybına yol açan bazı tıbbi durumları yakından inceleyerek kitabı daha kapsamlı hale getiriyorum. Esas amacım insan zalimliğini anlamak ve bilimsel olmayan "kötülük" tabiri yerine bilimsel "empati" tabirini koymak.

Konuyu daha da derinlemesine incelemek isteyen okuyucular, ilgili bilimsel makaleleri Kaynakça kısmında listelenmiş olarak bulabilirler. Bunlara ilaveten, açıklanmış olan noktalar Notlar bölümünde Roma rakamları ile gösterilmiştir.

Bölüm 1

"Kötülüğü" ve Zalimliği Açıklamak

Yedi yaşındaydım, babam bana Nazilerin Yahudilerden abajur yaptıklarını anlatmıştı. Hayatınızda bir defa duymuş olduğunuz ama aklınızdan asla çıkmayan şeylerden biriydi bu. Bir çocuğun aklı için –hatta bir yetişkinin aklı için bile– bu iki olgu birbirleriyle bağdaşmıyordu. Ayrıca bana Nazilerin Yahudileri sabuna dönüştürdüklerini de anlatmıştı. Kulağa ne kadar inanılmaz geliyor olsa da, bunlar gerçekti. Ailemizin Yahudi olduğunu bildiğimden, insanların nesnelere dönüştürülme imgesi beni doğrudan etkilemişti.

Babam ayrıca bana, annesi toplama kampından sağ kurtulmuş eski bir kız arkadaşından, Ruth Goldblatt'ten[i] bahsetti. Babam kızın annesiyle tanışmış ve kadının elindeki parmakların ters olduğunu fark edince çok şaşırmış. Nazi bilim insanları Bayan Goldblatt'in baş ve serçeparmaklarını kesmiş, ellerini avuç içleri aşağı bakacak şekilde öne uzattığında başparmakları dışa, serçeparmakları içe gelecek şekilde yerlerini değiştirerek yeniden dikmişler. Gerçekleştirmiş oldukları birçok "deneyden" biriydi bu. İnsan doğasında bir paradoks olduğunu –yani insanların diğerlerini nesneleştirebilecekleri-

ni– fark etmiştim ve bu benim genç aklımın henüz kavrayabilmiş olduğu bir şey değildi.

Yıllar sonra Londra'daki St. Mary Hastanesi Tıp Okulu'nda öğretmenlik yapıyordum. Bir fizyoloji dersine katıldım. Profesör, insanın ısıya adaptasyonu üzerine ders veriyordu. Öğrencilere, insanın aşırı soğuğa adaptasyonu üzerine mevcut en iyi verilerin Dachau Toplama Kampı'nda, dondurucu soğukluktaki suyla dolu tanklara sokmak kaydıyla Yahudiler ve diğer tutuklular üzerinde "batırma deneyleri" yapan Naziler tarafından toplanmış olduğunu söyledi. Sıfır santigrat derecede kalp ritminin zamana göre değişimi üzerine veri toplamışlardı.[4] Etik dışı bu deneyi[ii] duymak aklımda aynı soruyu yeniden tetiklemişti: *Nasıl oluyordu da insanlar diğer insanlara birer nesneymişçesine davranabiliyorlardı?* İnsanlar yanı başlarında acı çeken biri için hissettikleri doğal şefkat duygusunu kaybedecekleri noktaya nasıl gelebiliyorlardı?



Görsel 1: Dachau Toplama Kampı'ndaki tutuklular bir "soğuk suya batırma deneyine" maruz bırakılıyorlardı. Deneyin amacı, deneklerin dondurucu su içerisinde üç saate kadar durup duramayacaklarını görmekti. (Sol yanda Prof. Ernst Holzlohner ve sağ yanda ise Dr. Sigmund Rasher görülmektedir.)

Bu örneklerin özellikle sarsıcı olmalarının sebebi, insanlık dışı deneyleri veya işlemleri gerçekleştirmiş olan (yetiştirilirken kendilerine güvenmeyi öğrendiğimiz) eğitim sahibi doktorları ve bilim insanlarını içermeleridir. Bu doktorların sadece zalim olmak için zalimce davranmadıklarını varsaymak zorundayız. Ben, batırma deneylerini yapan bilim insanlarının tıbbi bilgiye katkıda bulunmak ve mesela buzlu denizlerde gemi kazası geçirmiş olan kazazedelerin kurtarılmasına nasıl yardım edilebileceğini öğrenmek istediklerini (gönlümden geçen bu) varsayıyorum. Zavallı Bayan Goldblatt'in ellerini tersine dikmiş olan doktorlar bile (varsayıyorum ki) sadece zalimlik yapmıyorlardı; kanımca onlar da bilimsel dürtülerini izliyorlar ve mikro-cerrahi işlemlerinin limitlerini nasıl test edebileceklerini anlamak istiyorlardı!

Bu bilim insanlarının bilginin peşindeki süreçte kaybetmiş oldukları şey "denek"lerin insanlığını görebilme yeteneğiydi. Sosyal bilimlerin araştırma nesnelerini "denek" olarak tanımlaması, üzerinde araştırma yapılan kişinin hisleri olduğunu ima ettiği için bir ironidir. Uygulamaya gelince bu deneylerdeki deneklerin hisleri dikkate alınmamıştı. Nazi kanunları Yahudileri genetik olarak alt-insan şeklinde tanımlamıştı ve dönemin soy ıslahı programının parçası olarak imha edilmelerini emrediyordu. Bu siyasi çerçeve içinde toplama kamplarında tutulanları tıbbi araştırmalarda "denek" olarak "kullanmak" eğer çoğunluğun iyiliği için bilgiye katkıda bulunacaksa, bu doktorlara etik gelmiş olabilir.

Salt zalimlik yapmak olağan Nazi davranışının bir kısmını oluşturuyordu. Ne yazık ki korkunç örneklerin sayısı hiç de az değil, ama ben Thomas Buergenthal'in[5] biyografisinden bir tanesini seçtim. Thomas henüz dokuz yaşındayken binlerce Yahudi ile birlikte Auschwitz'e götürülmüştü. Orada, kaçmaya çalışırken yakalanmış bir arkadaşını asmaya zorlanan bir tutukluyu izlemek zorunda kalmıştı. SS muhafızı tutuk-

luya arkadaşının boynundan ilmiği geçirme emrini vermişti. Adam, elleri korku ve endişeyle çok fazla titrediği için emri yerine getirememişti. Arkadaşı ona dönmüş, ilmiği almış ve sıra dışı bir hareketle arkadaşının elini öpüp ilmiği kendi boynuna geçirmişti. SS muhafızı asılacak adamın üstünde durduğu sandalyeye kızgın bir şekilde tekmeyi vurmuştu.

Adamın arkadaşının elini öpmesini izleyen dokuz yaşındaki Thomas ve diğer mahkûmlar (kelimeleri kullanmaksızın) "Arkadaşımın beni öldürmeye zorlanmasına izin vermeyeceğim," diyen bu ufak eylemden ötürü mutlu olmuşlardı. Thomas, Auschwitz'den kurtuldu (belki de babası ona, Dr. Mengele ölecek olanları seçerken sundurmaya yakın durmasını öğrettiği için[iii]) ve bu hikâyeyi *A Lucky Child*[6] (Şanslı Çocuk) isimli kitabında anlattı. Bu korkunç durumda, arkadaşlığın içinde yer alan empati, tıpkı muhafızın aşırı derecedeki empati noksanlığı gibi çok güçlü bir şekilde kendini belli eder. Eğer amaç sadece cezalandırmak ya da bir örnek teşkil etmek olsaydı, muhafız firariyi kendisi de vurabilirdi. Muhtemelen iki arkadaşın da acı çekmesi için bu özel ceza biçimini seçmişti.

Bugün, babamın bana insan davranışının uç noktalarını anlatmasının üzerinden neredeyse yarım yüzyıl geçtikten sonra, zihnim hâlâ aynı, yegâne hedef üzerinde çalışıyor: *insan zalimliğini anlamak*. Bir kitap yazmak için tüm hayatı boyunca insanın zihnini ısrarla kemiren tek bir sorudan daha büyük bir neden olabilir mi? Başka hangi soru bu kadar sağlam bir şekilde kök salabilir? Zannediyorum, kendimi defalarca bu soruya geri dönerken bulmamın sebebi insanların nasıl olup da diğer insanların insanlığını görmezden gelebildikleri sorusunun bir cevap bekliyor oluşu. Yine de cevap yakın bir zamanda gelecekmiş gibi gözükmüyor. Ya da en azından verilen cevaplar tatmin edici değil. Çünkü cevaplar yeterli olsaydı mesele halledilmiş olacaktı. Ara vermeksizin,

tekrar tekrar soruya geri dönmeye gerek kalmayacaktı. Belli ki hâlâ daha iyi cevaplar gerekiyor.

Standart açıklama, soykırımın (göreceğimiz üzere, ne yazık ki tarih boyunca dünya çapındaki pek çok kültürde tekrar etmiştir) insanların birbirlerine yapabilecekleri "kötülüğün" bir örneği olduğudur. Kötülük, ifade edilemeyecek kadar büyük bir dehşet yaratması sebebiyle akıl almaz, üstesinden gelinemez bir konu olarak ele alınmıştır. Standart görüş geniş ölçüde benimsenmiş ve gerçekten de kötülük kavramı bu tarz korkunç davranışlar için bir açıklama olarak kullanılır olmuştur:

> Katil neden masum bir çocuğu öldürdü? Çünkü kötüydü.
> Terörist neden bir intihar bombacısına dönüştü? Çünkü kötüydü.

Ama kötülük kavramını incelemek üzere ele alırsanız, bu kesinlikle bir açıklama olamaz. Bir bilim insanı için bu elbette yetersiz olacaktır. Nazilerin (ve benzerlerinin) yaptıkları akıl almayacak kadar korkunçtu. Ama bu, insanların nasıl olup da böyle davrandıklarını incelemeyi bırakmamız veya bir açıklama getirmeyerek sadece kötü olduklarını söylememiz gerektiği anlamına gelmez.

Bir bilim insanı olarak, insanların birbirilerine nesne gibi davranmalarına sebep olan etmenleri anlamak istiyorum. Bu kitapta kötülük kavramına *değil*, *empati* kavramına ilişkin olarak insanların birbirlerine nasıl zalimce davranabildiklerini araştırıyorum. Kötülük kavramından farklı olarak empatinin açıklayıcı bir gücü var. İlerleyen bölümlerde empatiyi mercek altına alıyorum.

İNSANLARI NESNELERE DÖNÜŞTÜRMEK

Burada zor olan, insanların birbirlerine nasıl olup da uç noktalarda acı çektirebilecek kapasitede olduklarını kolaya kaça-

rak, kötülük kavramına başvurmadan açıklamaktır. O halde "kötülük" terimi yerine "empati erozyonu" terimini kullanalım. Empati erozyonu şiddetli kırgınlık, intikam arzusu, kör nefret veya koruma arzusu gibi yıpratıcı duygular sebebiyle ortaya çıkabilir. Bunlar teoride kısa süreli duygulardır; empati erozyonu tersine çevrilebildiği gibi daha kalıcı psikolojik niteliklerin de bir sonucu olabilir.

1933 yılında Hitler iktidara geldiğinde Frankfurt Üniversitesi'ndeki kürsüsünden istifa etmiş olan Martin Buber, empati erozyonunun altında yatanın insanların birbirlerini nesnelere dönüştürmesi olduğunu ilk kavrayanlardandır. Ünlü kitabının ismi *Ich und Du*'dur (Ben ve Sen).[7] Buber, (başka bir insanla kendince bir amaç için iletişim kurduğunuz) Ich-Du (Ben-Sen) olma modunu, (onları ya da onu herhangi bir amaç için kullanmak üzere bir insan ya da nesneyle iletişim kurduğunuz) Ich-Es (Ben-O) olma moduyla karşılaştırmıştı. İkinci bahsedilen modda bir insana davranmanın küçük düşürücü olduğunu ileri sürmüştü.



Görsel 2: Martin Buber

Empatimiz kapandığında sadece "Ben" modunda oluruz. Bu gibi durumlarda sadece şeylerle ya da *yalnızca şeylermiş-*

çesine insanlarla ilişki kurarız. Çoğumuz bunu ara sıra yapabilecek kapasitedeyiz. Ofisimizin dışındaki evsiz kişinin durumunu düşünmeden işimize tamamen odaklanabilecek kapasitede olabiliriz. Ama ister kısa isterse uzun süreliğine bu durumda olalım, burada görünür bir "sen" yoktur; en azından farklı düşüncelere ve duygulara sahip bir "sen" yoktur. Diğer insanlara nesne muamelesi yapmak, başka bir insana yapabileceğiniz en kötü şeylerden biridir; onların öznelliklerini, düşüncelerini, duygularını görmezden gelmektir.

Bir insan yalnızca kendi çıkarına odaklandığında, empatik olmamak için tüm potansiyele sahip olur. Bu şartlar altında en iyi ihtimalle kendi dünyasına çekilir ve davranışları başkaları üzerinde negatif etki doğurur. Kişi bu duruma yıllar süren (çoğunlukla da bir çatışmanın sonucu olan) kırgınlık, acı veya göreceğimiz üzere daha uzun süreli nörolojik sebeplerle gelebilir. (İlginçtir ki kişinin amacı, düşüncesi insanlara yardımcı olmak gibi pozitif bir odağa sahip bile olabilir. Fakat bir insanın ereği pozitif ve değerli dahi olsa, eğer tek yönlü ise tanımsal olarak empatik değildir. [iv])

İnsanların birbirlerine karşı nasıl zalimlik yapabildiklerini kötülük vasıtasıyla değil, empati erozyonu vasıtasıyla açıklamaya çalışarak bir adım atmış olduk. Bu, cevap olarak biraz daha tatmin edici olsa da (en azından bir açıklamanın başlangıcıdır) empatinin ne olduğu ve nasıl aşınabildiği gibi soruları ortaya çıkarması bakımından yeterli değil. En azından çözümlenebilir nitelikte olan bu soruları kitabın ilerleyen bölümlerinde cevaplamaya çalışacağız.

Yolculuğumuzun sonuna geldiğimizde, insan zalimliğini anlamak için sorulan sorulara verilebilecek cevapların can sıkıcı eksikliği azalacak, cevaplar tatmin edici olmaya başladıkça akıl da rahatlayacaktır. Fakat empatinin doğasının derinliklerine inmeden önce Nazilerin yaptıkları şeylerin Nazilere özgü *olmadığını* kanıtlamak için dünyanın çeşitli yerlerinden

birkaç gerçek olayı aktaralım. En azından Nazilerin eşi benzeri olmayan birer zalim olduklarına ilişkin saçma (bence) görüşü ortadan kaldırmak için bunları gözden geçirmemiz gerekiyor. Göreceğiniz üzere zalim, sadece onlar değildi.

DÜNYANIN ÇEŞİTLİ YERLERİNDEN EMPATİ EROZYONU ÖRNEKLERİ

Empati erozyonu her kültürde bulunabilecek bir ruh durumudur. 2006 yılında ailemle beraber Kenya'ya tatile gitmiştik. Uçağımız birçok insanın yaşadığı uluslararası ve büyük bir şehir olan Nairobi'ye inmişti. Ne yazık ki Nairobi, Afrika'nın en büyük kenar mahallelerinden birine ev sahipliği yapmaktadır. Sokaklarda uyuyan insanlar, AIDS'ten ölen anneler, hayatta kalmak için her şeyi yapmaya hazır, yetersiz beslenmiş çocuklar. Bir iş sahibi olabilecek kadar şanslı olan Esther isimli genç bir Kenyalı kadınla tanışmıştım. Nairobi'de artan suç vakaları konusunda dikkatli olmam için beni uyarmıştı.

"Bir süpermarketteydim," demişti, "yakınımda bir yerde satın aldıklarının parasını ödemek için sırada bekleyen bir kadın aniden çığlık attı. Arkasında duran bir adam kadının parmağını kesip koparmıştı. O kargaşada adam kesik parmaktan alyansını çıkarmış ve kalabalığın içine doğru koşarak uzaklaşmıştı. Her şey çok hızlı olmuştu."

Bu olay, bir insanın başka bir insana neler yapabileceğinin çarpıcı bir örneğidir. Özellikle açlıktan ölüyorsanız, bir şeyler çalmak için kalabalık bir süpermarkete gitme planı yapmanızı anlamak yeterince kolaydır. Ancak bir şeyleri kesmek ön planlama gerektirdiğinden, plana bıçağı da dahil etmek bir nebze olsun daha zordur.

Fakat benim için kesme eylemini gerçekleştirmeden saniyeler önce kişinin ruh durumunu tasavvur etmek önemlidir.

Tam o anda, büyük ihtimalle hırsızın gördüğü tek şey onu haftalarca doyurabilecek olan hedefti; yani yüzük. Yüzükle, bir sonraki öğünü arasındaki tek engel kadının kesilmesi gereken parmağıydı. Parmağın bir ele bağlı olduğu gerçeği sadece işini zorlaştırıyor, serinkanlı mantık ise çözümü işaret ediyordu: *parmağı kes!* Elin, bir hayatı ve duyguları olan bir insana bağlı olması o anda konu dışıydı; düşünülmeyen bir şeydi. İşte bu, *bir insanı (bundan da öte bir şey olmayan) bir nesneye dönüştürmenin* örneğidir. Bana göre, birisine bir nesneymiş gibi davranıyorsanız empatiniz kapalıdır.

Yukarıdaki örnek bu suçu işleyebilecek kapasitedeki birinin anlık bir değişim yaşadığını akla getirebilir. Failin umutsuzluğu, açlığı ve yoksulluğu onun kurban için hissettiği empatiyi geçici olarak kaybetmesine neden olacak kadar baskın mıydı? Akabinde empatinin tekrar geri kazanıldığı böyle geçici durumlar hepimizin başına gelmiştir ya da bunları diğer insanlarda gözlemlemişizdir. Tahminimce sizin empatinizdeki geçici dalgalanmalar sonucunda örnekte gördüğümüz kadar korkunç bir şey olmuyordur. Bu da, hırsızın kadına yaptığının geçici bir kusurdan daha fazlası olduğu hissini vermektedir. Ben bu kitapta daha çok, empatinin geri kazanımının imkânsız olmasa da daha zor olduğu ve sonuçların son derece ciddi olabildiği daha yerleşik, uzun süreli olgu üzerinde duruyorum. Ümitsizce empatiye ihtiyaç duyan, fakat çeşitli sebeplerle ona sahip olmayan ve büyük ihtimalle de hiçbir zaman sahip olamayacak olan bazı insanları yakından inceleyeceğiz.

Bununla ilgili daha fazlasına sonra değineceğiz. Şimdilik kendimi dünyanın çeşitli yerlerinden empati erozyonu ile ilgili dört örnekle sınırlıyorum, zira bunun her kültürde olabileceğini ispat etmek için bir dolu acı verici örneğe ihtiyacınız yok.

Bir sonraki örnek Kuzey Avusturya, Amstetten'deki evine bir kiler inşa eden Josef Fritzl ile ilgili. Haber tüm dünyada

manşet olduğu için büyük ihtimalle bu vakayı duymuşsunuzdur.[8] 24 Ağustos 1984'de kızı Elisabeth'i kilere hapsetmiş ve eşine kaybolduğunu söyleyerek kızını orada yirmi dört yıl boyunca tutmuş. Elisabeth'e on bir yaşından yetişkinliğine kadar her gün tecavüz etmiş. Kızın bodrum hapishanesinde, bir tanesi üç günlükken ölen ve bedeni babası (aynı zamanda büyükbabası) tarafından kanıtları yok etmek için yakılan, toplamda yedi tane çocuğu olmuş.

Bu yirmi dört yıl boyunca Josef ve eşi Rosemarie defalarca Avusturya televizyonuna çıkıp üzgün bir halde Elisabeth'in bulunması için halkın yardımına başvurmuş. Josef, Elisabeth'in çocuklarından üçünün anneleri tarafından terk edilerek kapılarının önüne bırakıldığını iddia etmiş ve eşiyle (çocukların anneannesi) birlikte onları büyütmüş. Diğer üç çocuk ileri derecede psikolojik rahatsızlıklara sahip olarak bodrumda büyümüş. Bir baba nasıl olup da kızına bir nesneymiş gibi davranabilmiş ve bu şekilde onunla beraber çocuklarından/torunlarından üçünü özgürlük haklarından mahrum edebilmişti? *Empatisi neredeydi?*

Kanımın donmasına sebep olan bir sonraki empati erozyonu örneği BBC'deki Uganda ile ilgili bir haberdi.[9] İsyancı askerler 24 Temmuz 2002'de Pajong adındaki bir köye gelmişlerdi. Esther Rechan neler olduğunu tarif eden genç bir anneydi:

> İki yaşındaki oğlum verandada oturuyordu. İsyancılar onu tekmelemeye başladı. Onu öldüresiye tekmelediler... Kadın isyancı komutan, çocuğu olan herkese çocuklarını alıp veranda direklerine vurmalarını emrettiğinde beş yaşındaki çocuğum yanımdaydı. Ölene kadar onları direklere vurmalıydık. Çocuğu olanlar olarak, hepimiz onları öldürmek zorundaydık. Eğer bunu yavaşça yaparsanız sizi döverlerdi ve çocuklarınızı direklere daha sert vurmanız için zorlarlardı. Toplamda yedi çocuk anneleri tarafından bu şekilde öldürüldü. Benim çocuğum sadece beş yaşındaydı.[v]

Bir anneyi, çocuğunu oraya buraya vurarak öldürmeye zorlayabilmeleri için bu isyancı askerlerin beyinlerinde olup biten neydi?

Şimdi de Naziler tarafından *yapılmamış* olan ve daha az bilinen bir soykırım örneğini değerlendirelim. Bunu geçen yaz Türkiye'ye gittiğimde duymuştum. Türkler sıcak, misafirperver, canayakın kültürleriyle bilinirler, fakat Osmanlı İmparatorluğu zamanında Hıristiyan etnik Ermenilere ikinci sınıf vatandaş muamelesi yapmışlar.

1830'lara kadar gidersek, örneğin mahkemelerde Ermenilerin Müslümanlara karşı ifade verme hakları yoktu, şahitlikleri "kabul edilmez" olarak addediliyordu. 1870'lere gelindiğinde Ermeniler ısrarla reformlar yapılmasını istiyorlardı. 1890'lar boyunca en az 100.000 Ermeni öldürülmüştü. 24 Nisan 1915'de 250 Ermeni aydını yakalandı, hapse atıldı ve öldürüldü.[10] 13 Eylül'de Osmanlı meclisinden Ermeni mülklerine "el konulması ve bunların kamulaştırılması" hükmünü veren bir kanun geçti ve Ermeniler Türkiye'den Suriye'nin Deyrizor şehrine sürülmeye başlandı. Yolda ve akabinde Türkiye'nin Irak ve Suriye ile günümüz sınırlarının yakınında bulunan yirmi beş toplama kampında 1,5 milyon kişi öldürülmüştü. Bir kısmı topluca yakılarak, bir kısmı da morfin ya da zehirli gaz verilerek öldürülmüştü. Bu, tarihin pek de anlatılmayan bir kısmıdır ve Ermeni soykırımı, soykırımın Nazilere özgü bir şey olmadığının açık kanıtıdır (eğer böyle bir şeye ihtiyaç varsa).*

Şimdi de, Kongo Demokratik Cumhuriyeti'nden uç noktadaki insan zalimliğinin son bir örneğini verelim.[vi] 1994'te isyancılar saldırdığında Mirindi Euprazi, Walungu bölgesinde yer alan Ninja köyündeki evindeydi. Hikâyesini şöyle anlattı:

---

* Orijinal metnin tam çevirisidir. Bu bilginin doğruluğundan yayıncı, çevirmen ve editör sorumlu değildir. (ed.)

Oğlumu benimle seks yapmaya zorladılar ve bittiğinde onu öldürdüler. Sonra bana kocamın gözleri önünde tecavüz ettiler ve akabinde onu da öldürdüler. Sonra da üç kızımı alıp götürdüler.

Bu olaydan sonra kızlarının üçünden de haber alamamış. Evi yakılırken orada nasıl da çıplak halde kalakaldığını anlatıyor. Sanıyorum –tıpkı benim gibi– siz de bu olayla ilgili söyleyecek söz bulamıyorsunuzdur. Nasıl olur da isyancılar tecavüz ettikleri kadının tıpkı kendi anneleri gibi bir kadın olduğu gerçeğini unutuverirler? Nasıl olur da ona bu şekilde bir nesneymiş gibi davranabilirler? Nasıl olur da –annesiyle seks yapmaya zorlanan– bu çocuğun yalnızca normal duyguları olan ergen bir delikanlı olduğunu görmezden gelirler?

Ama insanların neler yapabilecek kapasitede olduklarını bize hatırlatmak için farklı kültürlerden bu kadar örnek vermek yeter de artar bile. Eğer bu tarz eylemlerin empati yokluğunun bir sonucu olduğu konusunda haklıysam, acilen ihtiyacımız olan şey, empatinin ne olduğu ve bazı insanlarda niçin daha az bulunduğu gibi daha temel sorulara verilecek cevaplardır.

Bölüm 2

Empati Mekanizması: Çan Eğrisi

Basitçe söylemek gerekirse, empatik olmayan eylemler çan eğrisinin uç noktasındadır ve gezegen üzerindeki her toplulukta görülür. Eğer "kötülük" teriminin yerini "empati" teriminin almasını istiyorsak empatiyi daha iyi anlamamız gerekir.

Temel görüş *hepimizin empati tayfının bir yerine denk geldiğimizdir* (yüksekten alçağa doğru). "Kötü" veya zalim olduğu söylenen insanlar empati tayfının bir uç noktasına denk gelirler. Hepimiz, ne kadar empati sahibi olduğumuza dayanan bu bireysel farklılıklar tayfı boyunca sıralanabiliriz. Bu bölümde bazı insanların neden daha çok ya da az empati sahibi olduğunu anlama arayışına başlıyoruz. Empati çan eğrisini hem bu gizemli, güçlü varlığın, yani empatinin yüzeyinin altına inmek, hem de bu tayfın bir ucunda "empatinin sıfır derecesini" bulduğumuz için anlamamız gerekiyor.

Ama öncelikle empatinin bir tanımına ihtiyacımız var. Bunu tanımlamanın birçok yolu var ama benimki şu şekilde başlıyor:

Empati, dikkatimizin tek yönlü odaklanmasını askıya alıp çift yönlü bir dikkat odaklanmasını benimsediğimizde ortaya çıkar.

"Tek yönlü" dikkat sadece *kendimiz,* o andaki düşüncelerimiz veya algımız hakkında düşündüğümüz anlamına gelir. "Çift yönlü" dikkat *eşzamanlı olarak başkalarını* da aklımızın bir köşesinde tuttuğumuz anlamına gelir. Bu, empatinin neyi gerektirdiği hakkında bize hemen bir ipucu verir. Empati kapandığında sadece kendi menfaatlerimize bakarken, açıldığında diğer insanların menfaatlerini de düşünürüz. Bazen dikkat bir spot lambasına benzetilir; yani empatinin bu yeni tanımı, dikkatimizin ya (karanlığın içinden kendi menfaatlerimizin üstüne vuran) tek bir spot lambasından oluşacağı ya da ona (başkasının menfaatlerinin üstüne vuran) ikinci bir spot lambasının eşlik edeceği anlamına gelir.

Ama empatinin tanımlanması burada sona ermiyor. Tanımın bu ilk kısmı, empatinin aldığı biçimin (çifte odaklanma) taslağını ancak çiziyor ve beyinde empatinin ihtiyaç duyduğu bir mekanizma hakkında ipucu veriyor: iki farklı odağı (kendi ve öteki) aynı anda nasıl derinlemesine düşündüğümüzün ayrışması.[vii] Beyindeki empatiyi bu bölümden sonra gözden geçireceğiz. Fakat şu ana kadarki tanımlamam, empati boyunca olanların sürecini ve kapsamını göz ardı ediyordu. Böylece empatinin tanımını aşağıdaki şekilde genişletebiliriz:

Empati, başkalarının ne düşündüğü ve hissettiğini tespit edebilme, onların düşünce ve hislerine uygun bir duyguyla karşılık verebilme yeteneğimizdir.

Bu, empatinin en azından iki kademesi olduğunu ortaya koyar: farkına varma ve karşılık verme. Bunların ikisi de gereklidir; ikincisine sahip olmadan sadece ilkine sahip olur-

sanız hiçbir suretle empati kurmuş olmazsınız. Eğer suratınızdan, bavulunuzu trendeki bagaj rafına koymak için kaldırmaya çabaladığınızı anlıyor ve orada sadece oturup sizi izliyorsam, (hüsran dolu) duygularınıza karşılık vermekte başarısız olmuşum demektir. Bu nedenle empati, yalnızca başka bir kişinin duygu ve düşüncelerini tanımlamayı değil, aynı zamanda bunlara uygun bir duyguyla karşılık vermeyi de gerektirir.[viii] Daha sonra size, empatinin bu iki bileşeninden birinin ya da ikisinin birden noksan olduğu veya normal olarak gelişemediği insanlardan bahsedeceğim.

O ikinci spot ışığı çalıştığında ve hem farkına varıp hem de karşılık verebilecek hale geldiğinizde, birilerine sadece nasıl hissettiklerini sormakla kalmaz, onların duygularını incitmekten kaçınır, onlara kendilerini nasıl daha iyi hissettireceğinizi düşünür ve söylediğiniz ya da yaptığınız her şeyin onlar üzerinde nasıl bir etki yaratacağını göz önünde bulundurursunuz. Size nasıl olduklarını söylediklerinde yalnızca onların ne söylediklerini değil, bunu ne şekilde söylediklerini de izlersiniz; içsel düşünce ve duygularını şeffaf bir biçimde yansıtıyorlarmış gibi yüzlerini okursunuz. Istırap çekiyorlarsa, onlara rahatlık verip şefkat göstermeyi de *bilirsiniz*.

Ama dikkatinizin diğer kişileri veya onların düşüncelerini ve duygularını hesaba katmaksızın tek bir odağı –mevcut menfaatiniz, amacınız, arzunuz veya planınız– varsa, empatiniz tamamen kapanmıştır. Dikkatiniz, halinizdeki geçici bir değişim sonucu başka bir noktada olduğu için empatiniz kapanmış olabilir. Örneğin, eşyalarınızın hummalı bir şekilde altını üstüne getiriyorsanız dikkatiniz sadece acilen bir *şey* bulmaya odaklanmış olabilir. Bir *şey*. O anda başka bir kişiyi veya o kişinin duygularını unutmuş olabilirsiniz. Bunun gibi tek yönlü bir durumda, diğer kişiler –ya da duyguları– artık yoktur. Önemli olan tek şey, acil olan sorununuzu çözmektir: nesneyi bulmak, bir şeyi tamir etmek, yapmaya çalıştığınız

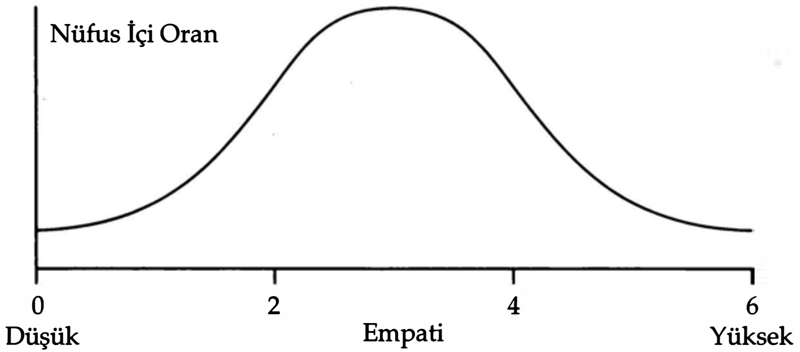
her ne ise onu yapmak. Biri size ne yaptığınızı sorsaydı, söyleyeceğiniz şey de tek yönlü, o anda neyle uğraşıyorsanız o olurdu. Bu durumu tarif etmek için kullanacağınız dil tamamen *kendinize* odaklı olurdu.

Bu kitapta kendi odaklarının içine hapsolmuş insanlarla karşılaşacağız. Hapsolmuş dememizin sebebi, bu ruhsal durumun onlar için empatilerini geri kazanabilecekleri geçici bir durum olmamasıdır. Onlar için kendine odaklanma, sinirsel bilgisayarlarında bir çipin eksik olması gibi bir şeydir. Birinin empatisindeki geçici değişim potansiyel olarak kurtarılabilir. Stabil bir özellik olarak süregiden bir empati noksanlığı ise potansiyel olarak kurtarılamazdır.

Empati kurabilir olmak diğer kişinin konumunu isabetli bir şekilde anlayabilme ve "tam olarak nerede oldukları" ile özdeşleşebilme anlamına gelir. Başka türlü, uyumsuz hedefler arasında kördüğüm haline gelebilecek durumlara çözümler bulabilmek demektir. Empati, diğer kişilere kendilerini değerli hissettirir, düşüncelerinin ve duygularının birileri tarafından duyulduğu, onaylandığı ve saygı gördüğü hissini verir. Empati, yakın bir arkadaşınız olmasını ve bu arkadaşlığı önemsemenizi sağlar. Diğer kişilerin niyetlerinin ne olduğunu anlamayı sağlayan empati, her türlü yanlış anlaşılma ve iletişim sorunu riskini bertaraf eder. Sizinkinden farklı olan bir zihin tarafından olayların ne şekilde tecrübe edileceğini tahmin ederek bir gücenmeye sebep olmaktan kaçınmanızı sağlar. Sırf *sizin* eylemlerinizin ve sözlerinizin zararsız birer şaka olduğunu düşünmeniz diğer kişilerin onları aynı şekilde karşılayacakları anlamına gelmez. Her ne kadar bu kitap daha ziyade az miktardaki empatinin negatif taraflarına odaklansa da, empatinin ortalama –ve hatta üst– seviyelerinin pozitif taraflarını da akılda tutmak önemlidir.

Şu ana kadar yapmış olduğum empati tanımı empatinin var ya da yok olduğunu farz ediyor. Dikkatimiz tek bir odağa

kaydığında, empati kapanmıştır. Dikkatimizi çifte odaklanmaya değiştirdiğimizde, empati yeniden açılmış demektir. Empatinin bu tasviri, kafanın içindeki bir ampul gibi iki seçenekli (açık ya da kapalı) bir işleme benzer. Gerçekte ise empati, "hep ya da hiç" kavramından ziyade bir reostaya benzer. Pratikte reosta, azdan ortaya ve ortadan da yüksek değere doğru giden bir tayfı ya da niceliksel ölçeği akla getirir. Bu niceliksel görüşe göre empati, toplum içerisinde farklılık gösterir. Şimdi, herkese bir not verebileceğimiz şekilde empatiyi ölçebileceğinizi düşünün (böyle aletler mevcut olduğundan burada bahsettiğimiz boş bir bilim-kurgu değildir). Sonuç, aşağıda gördüğünüz tanıdık çan eğrisi ya da normal dağılımdır.



Görsel 3: Empati Çan Eğrisi

Görsel 3'te bazı insanların empatide yüksek, bazılarının orta ve bazılarınınsa düşük değere sahip olduklarını görüyoruz. Bazı insanların bu empati ölçeğinin düşük olan ucunda potansiyel olarak daha kalıcı olduklarını ve bu uç noktadakilerden bazılarının "kötü" ya da zalim olarak tanımlayabilece-

ğimiz insanlar olduklarını öne süreceğim. Yani, bu insanlardaki empati seviyesi hiçbir zaman fazla olmamıştır ve bundan sonra da olmayabilir. Diğerleri, mevcut durumlarının bir sonucu olarak empatileri geçici olarak kapandığı için empati ölçeğinin düşük ucunda bulunuyor olabilirler. Yani bu kişilerde aslında empati vardır, kısa süreliğine kaybetmişler durumdadırlar. Fakat empati ölçeğinin bu düşük ucuna her ne şekilde gelmiş olursanız olun, sonuç aynı olabilir. Bu noktada diğerlerini insandışılaştırabilecek, bir nesneye dönüştürebilecek kapasiteye sahip olursunuz ve bunun trajik sonuçları olabilir.

Empatide yüksek, orta ya da düşük bir noktada olduğunuzu neyin belirlediği sorusuna cevap vermek için ihtiyacımız olan şey, empati üzerine yapılan deneysel ve bilimsel bir çalışmadır. Tabii ki her deneysel çalışmanın başlangıcı ölçümdür.

EMPATİYİ ÖLÇMEK

Empatinin doğasını araştırmamızın bir parçası olarak ben ve çalışma arkadaşlarım (Sally Wheelwright, Bonnie Auyeung ve Carrie Allison) empatiyi yaş aralıkları boyunca ölçecek bir ölçek geliştirdik. Bu yaratıcı takımla çalışmak eğlenceliydi. Psikolojik araştırmalarda kullanılan temel empati testinin tartışma götürür bir şekilde kusursuz bir empati ölçüsü *olmadığını* anladık[ix] ve böylece Empati Katsayısı (EQ) olarak adlandırılan kendi ölçeğimizi geliştirdik. Bunu empatinin iki temel bileşeni (farkına varma ve karşılık verme) ile ilgili maddeler içerecek şekilde tasarladık. Test, empati güçlüğü çeken insanları diğerlerinden ayırabilmesi açısından güzel işliyor.[12] EQ testinden on örnek (toplam kırk adet içinden) madde aşağıda gösterilmiştir (tam versiyonunu Ek-1 kısmında bulabilirsiniz):

Yetişkinler İçin Empati Katsayısı Testi (EQ)

1. Birinin sohbete katılmak istediğini rahatlıkla anlayabilirim.
2. Benim kolaylıkla anladığım şeyleri başkaları bir kerede anlamadığında bunu onlara açıklamakta zorluk çekiyorum.
3. İnsanlarla ilgilenmekten gerçekten keyif alıyorum.
4. Sosyal bir durumda ne yapmam gerektiği konusunda zorlanıyorum.
5. İnsanlar, bir tartışmada kendi görüşümü ikna edici bir şekilde anlatmaya çalışırken çok ileri gittiğimi sık sık söylüyorlar.
6. Bir arkadaşımla olan buluşmama geç kalmak fazla canımı sıkmaz.
7. Dostluklar ve ilişkiler çok zor, o yüzden canımı bunlarla sıkmamaya çalışıyorum.
8. Bir şeyin kaba mı yoksa kibar mı olduğunu değerlendirmekte sıklıkla güçlük çekiyorum.
9. Bir konuşmada, beni dinleyen kişinin ne düşünüyor olabileceğinden ziyade kendi düşüncelerime odaklanmaya meyilliyim.
10. Çocukken, ne olacağını görmek için solucanları kesmekten keyif alırdım.

1 ve 3 numaralı seçenekler size uyuyorsa, bu size 2 EQ puanı kazandırır. Eğer 2 numaralı ve 4'ten 10'a kadar olan seçenekler size uymuyorsa, bu size toplamda 10 EQ puanı kazandırır. Bu durumda puanınız ne kadar yüksek olursa, empatiniz de o kadar iyidir.

EQ testinin yetişkin versiyonu kişinin kendi hakkında verdiği bilgiye bağlıdır. Fazla sayıda insandan örnek alınması daha iyi sonuç verir; örneğin sosyal bilimlerde okuyan öğrenciler fen bilimlerindekilere[13] ve genel olarak kadınlar erkeklere oranla daha yüksek EQ puanı alırlar.[14] Daha da önemlisi

EQ, popülasyon içinde bulmayı beklediğimiz empati çan eğrisini ortaya koyar.

İnsanlar gerçekte olduklarından çok daha empatik olduklarına inanabileceklerinden kendileri hakkında verecekleri bilgiye güvenmek sorun yaratabilecektir. Bunun sebebi, az miktarda empatiye sahip birinin bunu fark edecek son insan olmasıdır. Biri diğerinin doğal sonucudur: Empatinizi kaybettikçe daha az empatiye sahip olduğunuza dair farkındalığınızı da kaybedebilirsiniz. Bu, çift yönlülüğün tam da empatinin yapısı içine kurulmuş olmasındandır. Çift yönlülük sadece diğerlerinin ne hissettiğini veya düşündüğünü göz önünde bulundurmak için değil, aynı zamanda sizin başkaları tarafından nasıl algılandığınızı düşünmeniz için de kullanılabilir. Kendisinin başka birinin gözünden nasıl göründüğünü düşünmek, bizim öz-farkındalık dediğimiz şeydir. Çok az miktarda empatiye sahip biriyle tanıştığımda, karşımdaki kişinin tam da kendi içine bakmasını sağlayan cihazdan, kendisinin bir görüntüsünü veren, ters çalışan bir periskoptan yoksun olduğunu görürüm.

Birilerinin EQ testlerinde doğru yanıtları vermeyecekleri için endişelenmek muhtemelen önemsiz olacaktır, çünkü büyük miktarda veriye sahipseniz ara sıra verilmiş hatalı yanıtlar sıfıra indirgenmiş olur. Bir adım ileri giderek EQ testinin, ebeveynler tarafından doldurulan çocuk versiyonunu geliştirdik. Tıpkı EQ testinin yetişkin versiyonunda keşfettiğimiz gibi, ortalamada kız çocuklarının erkek çocuklarından biraz daha yüksek EQ puanı aldığını gördük[15] (EQ testinin bu farklı versiyonlarını Ek-1'de bulabilirsiniz). O halde EQ testi, kimin empatide yüksek, kimin orta ve kimin düşük olduğunu görebilmemize olanak tanıyor. Bir sonraki bölümde son derece düşük puanlarla karşılaşacağız, fakat bundan önce size EQ'daki bireysel farklılıklarla ilgili biraz fikir vermek istiyorum.

EMPATİ KURMA MEKANİZMASI

Beyninizde, ne kadar çok empatiye sahip olacağınızı belirleyen bir devre –empati devresi– olduğunu hayal edin. Buna Empati Kurma Mekanizması diyelim. EQ testinden yola çıkarak bu mekanizmanın muhtemel yedi farklı grubu olduğunu görebiliriz.[x] Bu gruplar geniştir, empatimizdeki geçici dalgalanmalar nedeniyle günden güne, o grup içerisinde az da olsa hareket edebiliriz. Ama içinde bulunduğumuz grup genel olarak değişmez.

Sıfır seviyesindeki bir birey hiçbir suretle empatiye sahip olmaz. Bölüm 3'te, teşhis için kendi istekleriyle kliniklere başvuran, kanunla başları derde girmiş ve tutuklanmış olan (biz buna İngiltere'de, "majestelerinin hizmetinde olmak" deriz) ya da kendilerine bir teşhis konulmuş olan, bu seviyedeki bireylerle karşılaşacağız. Sıfır seviyesindeki bazı insanlar, cinayet, saldırı, işkence ve tecavüz gibi suçları işleyebilecek hale gelirler. Ancak neyse ki bunların çoğu diğerlerine zalimlik yapmaya kalkmazlar, çünkü çok zor ilişki kurarlar ve onlara zarar verme isteği duymazlar. Sıfır seviyesinde yer alan diğer insanlara ise birilerinin canını yaktıkları gösterildiğinde dahi *bu, onlara hiçbir şey ifade etmez.* Başka bir kişinin ne hissettiğini anlamadıkları için vicdan azabı ya da suçluluk duygusunu tecrübe edemezler. Bu, nihai uç noktadır: *Empatinin sıfır derecesi.*

Birinci seviyedeki kişiler hâlâ diğerlerinin canını yakabilecek kapasitede olabilirler, ama yaptıkları üzerine derinlemesine düşünebilirler ve pişmanlık duyabilirler. Sadece o anda, kendilerini durduramazlar. Açıkça empatinin bu kişilerin davranışları üzerinde yeterli bir fren etkisi yoktur. Bu seviyedeki bireylerde normalde onların diğer insanları fiziksel olarak incitme konusunda kendilerini engelleyebilmelerine olanak veren beynin empati devresinin bir kısmı "çöker". Belli koşullar altında kişi bir dereceye kadar empati gösterebilir,

fakat şiddete meyilli mizaçları tetiklenirse, daha sonra muhakemelerinin tamamen bulanıklaştığı veya "gözlerinin döndüğü" açıklamasını yapabilirler. O anda, artık diğer insanların hislerini algılayamazlar. Ürkütücü olan, empati devresinde meydana gelen bu arızanın bireyi uç noktada şiddet uygulayabilir hale getirebildiğidir. Saldırı anında, saldır ve yok et dürtüsü o denli baskın olabilir ki, kişinin yapabileceklerinin bir sınırı olmaz ve artık o anda kurban, ortadan kaldırılması veya yok edilmesi gereken bir nesnedir.

İkinci seviyedeki kişilerin hâlâ, empatiyle alakalı büyük sıkıntıları vardır ama diğer kişilerin nasıl hissettiklerini anlamaya yetecek ve bundan dolayı da her türlü fiziksel şiddeti engelleyecek kadar empatiye sahiptirler. Bu, onları diğer insanlara bağırmaktan veya onlara kırıcı şeyler söylemekten alıkoymaz, fakat diğer insanların duyguları incindiğinde yanlış bir şey yaptıklarını fark etmelerini sağlayacak kadar empatileri vardır. Yine de sıklıkla çizgiyi aştıklarını fark etmek için diğer kişilerden ya da bir görgü tanığından geribildirim almaya ihtiyaç duyarlar. Diğer insanların duygularını incelikli yollardan sezmek, onlarda kendiliğinden gerçekleşmez. Bu yüzdendir ki ikinci seviyedeki biri, hayatta bolca çam devirir ve bütün söylenmemesi gerekenleri söyler (örneğin, "Kilo almışsın!" der) ya da yanlış şeyler yapar (örneğin, başka birinin "kişisel alanına" girer). Bu insanların işte ya da evde, sürekli olarak bu gaflar sebebiyle başları derde girer, hatta işlerini ya da arkadaşlarını kaybederler ama yine de tam olarak nerede yanlış yaptıklarını kestiremezler.

Üçüncü seviyedekiler empatiyle ilgili sıkıntıları olduğunu bilirler ve belki de daimi olarak onlardan empatik olmalarını talep eden işlerden ve ilişkilerden uzak durarak bunu örtmeye ya da telafi etmeye çalışabilirler. "Normalmiş gibi yapmaya çalışmak" onlar için yorucu ve stresli olabilir.[16] İşteyken, sosyal etkileşimleri çok zor olduğundan diğer insanlardan

uzak durmaya çalışabilirler ve fazla insanla temas kurmamayı umarak sadece başlarını önlerine eğip işlerini yaparlar. Diğer herkesin anladığı esprileri anlamadıklarını, diğer insanların yüz ifadelerini okumanın zor olduğunu ve kendilerinden ne beklendiğinden asla tam olarak emin olamadıklarını fark edebilirler. Ufak bir sohbet, muhabbet ve konuşma bu seviyedeki biri için kâbus olabilir, çünkü bunları nasıl becereceklerine dair belirli kurallar yoktur ve tüm bunlar önceden kestirilemez şeylerdir. Eve vardıklarında, büyük bir rahatlama (artık diğer herkesmiş "gibi yapmak" zorunda olmamaktan kaynaklanan) yaşarlar; sadece yalnız olmak, kendi başlarına kalmak isterler.

Dördüncü seviyedekiler "düşük-ortalama" denilebilecek empatiye sahiptir. Bu seviyedeki empatiye sahip insanlar her ne kadar sohbet sırasında, duygularla ilgili konular yerini başka konulara bıraktığında kendilerini daha rahat hissediyor olsalar da az miktarda körelmiş empatileri gün içindeki davranışlarını çoğu zaman etkilemez. Dördüncü seviyede, erkekler kadınlardan daha çoktur ve sorunları pratik bir şeyler yaparak ya da duygularla alakalı uzun uzadıya konuşmalar yapmaktansa teknik sorunlara çözümler önererek halletmeye çalışırlar.[17] Arkadaşlıkları duygusal yakınlıktan ziyade ortak aktivitelere ve ilgi alanlarına dayanır, bu sebeple de arkadaşlıkları keyifsiz ya da zayıf değildir.

Beşinci seviyedeki bireyler az bir farkla da olsa empatide ortalamanın üstündedir ve bu seviyede kadınların sayısı erkeklerden fazladır. Bu seviyede arkadaşlıklar daha ziyade duygusal yakınlık, güven paylaşımı, karşılıklı destek ve şefkat söylemleri temelinde kuruluyor olabilir. Beşinci seviyedeki insanlar sürekli olarak başkalarının hislerini düşünüyor olmasalar da çoğu zaman işte ve evde nasıl etkileşim kuracakları hususunda dikkatli davranırlar, diğer insanları gözetirler. Birileri üzerinde hâkimiyet kurmamak ya da baş-

kalarının işlerine burunlarını sokmamak için fikirlerini ileri sürmekte çekimser davranırlar. Başkalarına da danışarak çeşitli bakış açılarını hesaba katabilmek için aceleci davranıp tek taraflı kararlar almazlar. Yapacakları pek çok şey olsa da diğer insanlarla zaman geçirmeyi severler, çünkü onların nasıl olduklarını ve ne düşündüklerini –doğrudan sorulan bir soruya verilen cevaptansa, pek çok konu hakkında yapılan bir sohbetten derlenen bilgi şeklinde– (hassas ve dolaylı bir biçimde) anlamak isterler.

Altıncı seviyede sürekli olarak başkalarının duygularına odaklanan, onların durumlarını kontrol etmek ve onlara destek olmak için fazladan çaba sarf eden, dikkate değer derecede empatiye sahip bireylerle karşılaşırız. Empati devreleri diğer insanları asla dikkatleri dışında bırakmayacak şekilde daimi olarak aşırı-uyarılmış durumdadır. Size bu tipi tarif etmeye çalışmaktansa, bir örnek vereyim:

Hannah, diğer insanların nasıl hissettiklerini dikkate almada doğal sezgiye sahip bir psikoterapisttir. Onun oturma odasına adımınızı attığınız andan itibaren, çoktan sizin yüzünüzü, yürüme biçiminizi ve tavırlarınızı okumaya başlamıştır. Size ilk soracağı şey nasıl olduğunuzdur, ama bu formalite icabı sorulmuş bir soru değildir. Ses tonlaması –siz henüz ceketinizi çıkarmadan önce– güvene, açıklığa ve paylaşıma bir davetiye hissi verir. Sorusunu kısa bir şekilde cevaplasanız bile, ses tonunuz ona içsel duygusal durumunuzu açık eder ve cevabınızı takiben çabucak, "Sesiniz biraz üzgün çıkıyor. Sizi üzecek ne oldu?" diye sorar.

Siz daha fark etmeden, yalnızca teselli ve ilgi dolu *sesler* çıkarmak, nasıl hissettiğinizi size yansıtmak, ara sıra da sizi desteklemek ve size kendinizi değerli hissettirsin diye yatıştırıcı sözler söylemek için lafınızı bölen bu harika dinleyiciye açılıvermişsinizdir. Hannah bunu işi diye yapıyor değildir. Hastalarına, arkadaşlarına ve hatta henüz tanıştığı insanlara karşı bile böyledir. Hannah'nın arkadaşları onun yanındayken sevildiklerini hisseder, arkadaşlıkları güven paylaşımı ve

karşılıklı destek çevresinde inşa edilmiştir. Empati kurmak için durmak bilmez bir dürtüye sahiptir.[xi]

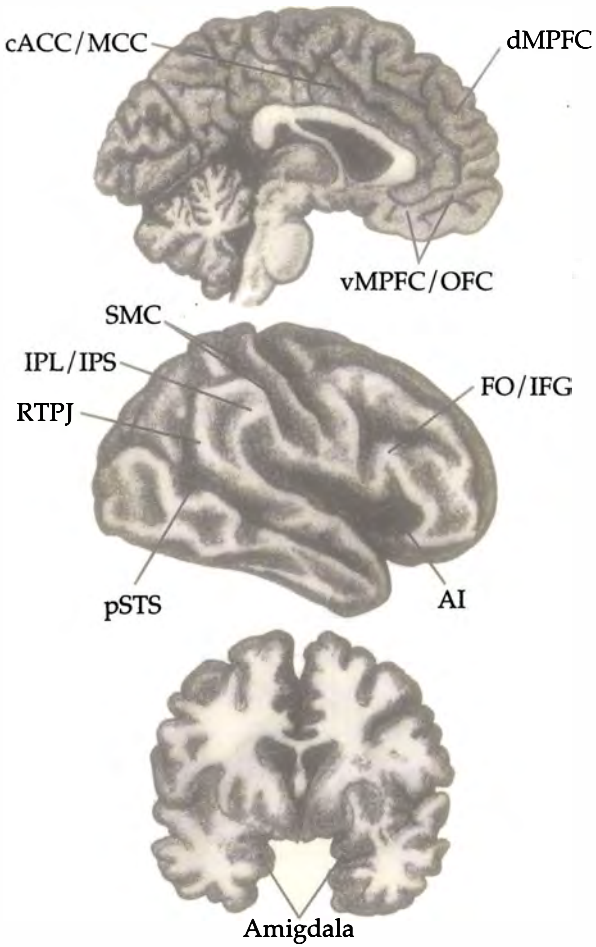
EMPATİ DEVRESİ

Bir bireyin Empati Mekanizması'nın farklı seviyelere ayarlı olmasına yol açan nedir? Verilebilecek en hızlı yanıt, mekanizmanın beyinde yer alan ve empati devresi dediğimiz özel bir devrenin işlemesine bağlı olduğudur. Bu kısımda empati devresine doğru bir gezintiye çıkacağız. Sonraki kısımda da zalimlik yapanlar ile empati kurmak için çaba gösterenlerde bu devrenin nasıl da normalden daha alt seviyede çalışıyor olduğunu göreceğiz.

Fonksiyonel Manyetik Rezonans Görüntüleme (fMRI - *functional magnetic resonance imaging*) sayesinde bilim insanları, empati kurduğumuz zamanlarda beynin rol üstlenen belirli bölgelerinin açık bir resmini çekebiliyorlar. Sinirbilimde beynin bir *bütün* olarak değil, en azından on adet birbiriyle bağlantılı beyin bölgesinin empatiyle alakalı olduğu hususunda fikir birliği vardır[18] (daha da fazlası keşfedilmeyi bekliyor olabilir). Bu bölgeler Görsel 4'te gösterilmiştir.

Ben size kısa da olsa her birini detaylı bir şekilde açıklayacağım. Empati devresindeki her bir bölgenin ismi ilk okuyuşta yabancı gelebilir, ama biraz aşinalıktan sonra tıpkı eski dostlarınız gibi oluverirler! Empati devresinin değişik kısımlarını ortaya çıkarmak için beyin görüntülemeyi kullanan bazı yaratıcı deneyler yapılmaktadır.

Empati devresindeki ilk bölge sosyal bilgiyi işlemede bir merkez olarak düşünülmüş olan ve kendi bakış açınızı başka birisininkiyle karşılaştırmada önem arz eden **Medial Prefrontal Korteks (MPFC)** isimli bölgedir.[19-21] MPFC, **dorsal** (dMPFC) ve **ventral** kısımlara (vMPFC) ayrılır. dMPFC diğer insanların fikir ve duygularını düşünmenin[19, 22] (bu bazen



AI – Anterior Insula
Amyg – Amigdala
cACC – Kaudal Anterior Singulat Korteks
dMPFC/vMPFC – Dorsal/Ventral Medial Prefrontal Korteks
FO – Frontal Operkül
IFG – Inferior Frontal Girus
IPL – Inferior Parietal Lobül
IPS – Inferior Parietal Sulkus
MCC – Orta Singulat Korteks
OFC – Orbitofrontal Korteks
pSTS – Posterior Superior Temporal Sulkus
RTPJ – Sağ Temporal Parietal Bağlantı
SMC – Somatosensori Korteks

Görsel 4: Sosyal beyin bölgeleri (Mike Lombardo tarafından gösterilmiştir)

"meta-sunum" olarak da adlandırılır) yanı sıra kendi fikir ve duygularımız üzerine olan düşüncelerimiz ile de ilişkilidir.[20, 23] Buna karşın vMPFC –yetenekli eski doktora öğrencim Mike Lombardo tarafından gösterildiği üzere– insanlar başkalarından ziyade kendilerini düşündükleri zaman kullanılmaya meyillidir. Lombardo, vMPFC'nin özfarkındalıkta kilit bir rol oynadığını iddia etmektedir.[20, 24-26]

Ama bu beyin bölgesinin yaptığı her şey bundan ibaret değildir. Iowa Üniversitesi'nden sinirbilimci Antonio Damasio vMPFC'nin, bir dizi eylemin duygusal birleşim değeri ile ilgili bilgiyi depoladığı kuramını ortaya atmıştır. Eğer bir eylem faydalıysa duygusal olarak pozitif, zararlıysa da duygusal olarak negatiftir. Damasio buna "somatik imleç" adını verir ve yaptığımız her eylem için böyle bir imlecimiz olduğunu, sadece pozitif birleşim değerli imleçlere sahip eylemlerin tekrar edileceğini öne sürer. Kanıtı, vMPFC bölgesinde hasar olan hastalara üzücü resimler (felaket ya da yaralanma resimleri gibi) gösterildiğinde[xii] daha az "otonom tepki"[26] vermeleridir (mesela kalp ritimlerinde daha küçük bir değişim olmaktadır). vMPFC'nin duygusal birleşim değerini etkilediğine dair daha fazla kanıt da, vMPFC'nin pozitif veya iyimser düşünmeyle ilişkili olması[27] ve morali bozuk insanların vMPFC'leri uyarıldığında kendilerini daha iyi hissetmeleridir.[28]

Phineas Gage (1823-1860) muhtemelen nöropsikoloji alanındaki vakaların en bilinen örneğidir ve farkında olmaksızın vMPFC'nin empati devresiyle ilişkili olduğuna dair bir kanıt ortaya koymuştur. Phineas, beynine demir bir çubuğun girdiği kazadan sağ kurtulmuş olan bir demiryolu işçisiydi. Gerçek olan bir şey vardı ki, Phineas kazadan sonra empatisini kaybetmişti (kazadan sonra on iki yıl daha yaşamıştı).[xiii] Olay şöyle olmuştu: 13 Eylül 1848'de Phineas yirmi beş yaşındayken, Vermont'taki demiryolu inşaatında çalışıyordu, görevi kayaları patlatmaktı. Yaptığı iş, barutu ve fünyeyi kayanın üzerin-

deki deliğe yerleştirmek ve demir bir çubuk yardımıyla dibe doğru itmekti. Barut beklenmedik bir şekilde patlamış, çubuk ise yukarı doğru fırlayarak, yüzünden girmiş ve sol gözünün arkasından dışarı çıkmıştı. İşin ilginci, onu hastaneye götürürlerken at arabasının içinde bilinci açık bir şekilde, konuşarak oturmuştu. Olayı takip eden yıllarda fark edilen esas değişim, nazik biri olan Phineas'ın kazadan sonra çocuksu, saygısız, kaba, küfürlü konuşan ve utanmaz biri haline gelmesiydi. Empatisini kaybetmişti.[xiv] Yüz yıldan daha uzun bir zaman geçtikten sonra, sinirbilimci Hanna Damasio ve çalışma arkadaşları onun muhafaza edilmiş olan kafatasını almış, modern beyin görüntüleme sayesinde çubuğun, Phineas'ın vMPFC bölgesine zarar vermiş olması gerektiğini hesaplamışlardı.[29, 30, 32, 33] Düşük empatiye sahip insanlarda vMPFC'nin ve empati devresinde yer alan diğer bölgelerin normalde olmaları gerekenden daha pasif olduklarını göreceğiz. Ama önce, devrenin farklı bölümlerini haritalamamız gerekir.

vMPFC zaman zaman **Orbitofrontal Korteks (OFC)** olarak da adlandırılan kısımla üst üste bulunur. 1994'te çalışma arkadaşım Howard Ring ve ben, insanlara zihnin yapabildiklerini hangi sözcüklerin tarif ettiği sorulduğunda OFC'nin belirgin bir şekilde etkinleştiğini bulmuş olmamız dolayısıyla, OFC'nin empati devresinin bir parçası olduğunu tespit eden ilk kişilerdik. Sözcük listesi zıplama, yürüme ve yemek yeme gibi sözcüklerin yanı sıra düşünme, yapıyormuş gibi görünme ve inanma gibi sözcükleri içeriyordu. Daha sonra çalışma arkadaşım Valerie Stone ile OFC'si hasar görmüş hastaların, empatiyle ilgili sorunların bir göstergesi olarak, bir davranışın kusurlu olup olmadığını anlamakta zorluk çektiklerini keşfetmiştik.[35] OFC'nin hasar görmesi, hastaların aynı zamanda sosyal muhakemelerini kaybetmelerine, sosyal olarak "dizginlenmemiş" hale gelmelerine sebep olabilmektedir. Ek olarak, bir iğnenin normal (uyuşturulmamış) bir ele girdiğini

gördüğünüzde OFC etkinleşir ve empati devresinin bu kısmının bir şeyin acı verici olup olmadığını yargılamayla ilgili olduğunu akla getirir.[36]

Orbitofrontal kortekse yakın, dilsel ifadeleri içeren ve empati devresinin bir parçası olan **Frontal Operkül (FO)** bulunur. Dolayısıyla bu bölgenin hasar alması, akıcı olarak konuşabilme zorluklarıyla sonuçlanabilir (bu durum, kişinin cümleleri anlayabildiği, fakat kendisini bütün halindeki cümlelerle ifade edemediği Broka afazisi olarak da bilinir). Empatiyle alakası ise FO'nun maymun beyninde bulunan ve diğer hayvanların niyetlerini ve amaçlarını kodlamayla ilişkili olan bir bölgeye denk düştüğü fikrinden gelmektedir.[37] Yani (beynine derinlemesine yerleştirilmiş bir elektrot bulunan) bir maymun başka bir maymunun bir nesneye uzandığını gördüğünde FO'daki hücrelerin elektriksel etkinlikleri artmakta ve aynı hücreler, maymun bir nesneye kendisi için uzandığında da ateşlenmektedir.

FO, **Inferior Frontal Girus (IFG)** denilen daha büyük bir bölgenin üstünde yer alır. Bu bölgeye gelen hasarlar duyguları tanımakta güçlüklere neden olabilirler.[31] Yetenekli eski doktora öğrencilerimden bir diğeri, Bhismadev Chakrabarti, insanlara Empati Testi (EQ) uygulamış ve daha sonra beyin taramaları yapılırken onlara farklı yüz ifadeleri göstermişti. Bakmak zorunda oldukları yüz ifadelerinden bazıları Görsel 5'te gösterilmektedir. Bhisma'nın IFG'nin empatide kilit bir rol oynadığına ve bunun çok rahat test edilebilir bir hipotez olduğuna dair bir önsezisi vardı. Bhisma bunu test etmek için dört "temel" duygudan (mutlu, üzgün, kızgın ve tiksinmiş) her birine hangi beyin bölgesinin tepki verdiğini saptamak için fMRI tarayıcısını kullanmıştı.

Bu fotoğrafları her gördüğümde gülümsüyorum, zira sol üst resimdeki kişi dokuz yaşındaki haliyle kızım Kate. (Kate'in mutlu görünmesi gerekiyordu, ama diğer üçü için aynı

şey söylenemez). Bhisma, tiksinti ifadesinin genellikle **Anterior Insula**'da **(AI)**, mutluluk ifadesinin **Ventral Striatum**'da, kızgınlık ifadesinin tamamlayıcı motor kortekste ve üzüntü ifadesinin hipotalamusu da içeren birkaç bölgede işlendiğini buldu.[38, 39] Daha sonra kişinin gördüğü duygudan bağımsız olarak beyinde mütemadiyen empatiyle ilintili bir bölge olup olmadığına dikkat etti. IFG buna uygun düşüyordu. Empatiniz ne kadar iyiyse, duygu ifadeleri içeren yüzlere bakarken IFG'niz de o derece etkin oluyordu.



Görsel 5: Mutlu, üzgün, kızgın ve tiksinmiş yüz ifadeleri

Kortekste daha derinlere indiğimizde aynı zamanda **Orta Singulat Korteks (MCC)** diye de adlandırılan **Kaudal Anterior Singulat Korteks**'i **(cACC)** buluruz. "Acı matrisi"nin bir parçası olarak etkinleştiği için cACC/MCC empati ile alakalıdır. Bu bölge yalnız siz acıyı deneyimlediğinizde değil, başkalarının acı içinde olduğunu gözlemlediğinizde de etkin duruma geçer.[40] Daha sonra özfarkındalığın bedensel veçhelerinde rol oynadığı belirlenmiş olan ve (daha önce de bahsettiğimiz

üzere) empatiye yakından bağlı olan A**nterior Insula**'ya **(AI)** geliriz.[41] Zürih'ten sinirbilimci Tania Singer ve çalışma arkadaşları fMRI'ı kullanarak, birisinin kendi ya da partnerinin eline acı veren bir uyaran aldığında –ister acıyı kendisi deneyimliyor isterse de sevdiği kişinin acısını algılıyor olsun– AI ve cACC/MCC'nin etkinleştiğini keşfettiler.[42] Chicago'dan sinirbilimci Jean Decety ve çalışma arkadaşları, birisinin elinin kapıya sıkıştığını gördüğünüzde AI ve cACC/MCC'nin de etkinleştiğini gösterdiler.[43] Bu etkinleşme, sizin kendinizi karşıdaki kişinin yerine ne kadar koyduğunuza göre ayarlanır.[44] AI ayrıca tiksinti verici bir şey tattığınızda veya başka birisinin bir şeyden tiksindiğini gördüğünüzde etkin hale gelir ve bir kez daha, başka birisinin duygusal durumuyla özdeşleşmeyi olanaklı kılan noktanın beynin bu kısmı olduğu izlenimini uyandırır.[45]

Tania Singer, ayrıca, birisinin âdil bir şekilde davranıp davranmadığını değerlendirdiğinizde beyinde olan biteni inceledi. Dürüst olduğunu düşündükleri ve sevdikleri birini acı içinde gördüklerinde hem erkeklerin hem de kadınların cACC/MCC ve AI'lerini etkinleştirdiklerini buldu. İlginçtir ki, dürüst olmadığını düşündükleri veya sevmedikleri birinin acı içinde olduğunu gördüklerinde erkekler empati devresinin bu kısmında genel olarak daha düşük bir etkinlik gösterdiler.[46] Rakip olabilecek, uygunsuz davrandığını düşündükleri veya artık aralarında bir münasebet olmasıyla ilgilenmedikleri kişiler söz konusu olduğunda, sanki erkeklerin empatilerini kapamaları daha kolaydı. cACC/MCC ve AI mutluluktan, iğrenme ve acıya kadar çok çeşitli duyguların deneyimlenmesi ve fark edilmesiyle açıkça alakalıdır.[42, 45, 47-49] Bu bölgelere gelen hasarlar böyle duyguları fark edebilme kabiliyetini engeller. Tüm bu sebeplerle bunlar, empati devresinin temel kısımlarıdır.

Sağ Temporal Parietal Bağlantı'nın **(RTPJ)** empatide özellikle başka birinin niyet ve inançlarını değerlendirirken temel

bir rol oynadığı bulunmuştur.[50] Bu, daha ziyade empatinin bazen "zihin teorisi" olarak adlandırılan farkına varma unsuru ile ilişkilidir. Zihin teorimizi başka birinin düşüncelerini tasavvur ederken kullanırız. TPJ'nin hasar görmesi sadece başka birinin niyetlerini değerlendirmede zorluklara sebep olmaz, aynı zamanda, RTPJ'nin uyarılması size yanınızda biri olmadığı halde biri varmış izlenimini veren ürkütücü bir his verirken,[51] "vücut dışı" deneyimlere de sebep olur.[52] Bu anormallikler, her ne kadar (dikkat-değişimi gibi) sosyal olmayan işlevlerle ilişkili olma ihtimali varsa da, RTPJ'nin kendini-izlemeyle ve diğerlerini izlemeyle ilişkili olduğunu akla getirmektedir.[53, 54]

RTPJ'nin yanında, hayvanlar üzerinde yapılan araştırmaların hayvanların herhangi birinin bakış yönünü izlediklerinde STS'deki hücrelerin tepki verdiklerini ortaya koymasından bu yana, yıllardır empati devresiyle ilişkilendirilen **Posterior Superior Temporal Sulkus (pSTS)** bulunur. Ayrıca STS'nin hasar görmesi birinin, başka birinin nereye baktığını değerlendirme yeteneğini bozabilir.[55] Şüphesiz, başkalarının gözlerine sadece ne yöne baktıklarını anlamak için değil, aynı zamanda baktıkları şey ile ilgili ne hissettiklerini de anlamak için de bakarız.[56] STS "biyolojik hareketi" gözlemlemenizle de ilişkilidir (yaşayan varlıkların yaptığı türden, canlı, kendiliğinden olan hareketler).[57]

Şimdi sırada empati devresindeki, sadece sizin dokunsal bir tecrübe yaşamanızı kodlamayla ilişkili olmayan, başkalarına da dokunulduğunu gördüğünüzde etkinleşen **Somatosensori Korteks (SMC)** var.[58-62, xv] Duyusal tecrübeyle ilişkili olmasının yanı sıra (adından da anlaşılacağı üzere), başkasının eline bir iğne batırıldığını gördüğünüzde somatosensori korteksinizde elektriksel bir etkinlik meydana gelir[xvi] ve bu etkinlik fMRI ile görülebilir.[44, 64] Bu, akla, başka birinin acısıyla kendimizi *özdeşleştirdiğimiz zaman* çok duyusal bir şekilde

tepki vermemizi getirir. Bu net beyin tepkisi bize sadece onların yerinde olsaydık nasıl hissederdik diye düşünmek için değil, aslen bunu gayriihtiyari *kendi* algımızmış gibi hissederek kendimizi başka birinin yerine koyuyor olduğumuzu işaret eder. Başkasının canının yandığını gördüğümüzde istemsiz olarak yüzümüzü buruşturmamıza şaşmamak gerekir. Tabii ki bu duygusal olarak yoğun durumlara herkesin güçlü bir empatik tepkisi olmayacaktır. Somatosensori korteksimiz hasar görmüş veya geçici olarak sekteye uğramışsa, diğer insanların duygularını tanıma yeteneğimiz kayda değer biçimde azalmış olur.[65, 66] Örneğin cerrahlar tam da bu duygusal tepkiyi göstermediklerinden işlerine gayet uygun olabilirler ve bu tahmin, akapunktur tedavisi uygulayan hekimlerin iğneler batırılmış vücut fotoğraflarına baktıklarında daha az somatosensori korteks faaliyeti gösterdiklerini keşfetmiş olan Yawei Cheng tarafından doğrulanmıştır.[67]

FO/IFG, **Inferior Parietal Lobül**'e **(IPL)** bağlıdır ve bunlar, bir eylemi gerçekleştirdiğinizde ve başka birinin aynı eylemi gerçekleştirdiğini gözlemlediğinizde etkin hale gelen beynin "ayna nöron sisteminin" parçaları olmaları sebebiyle ilgi çekicidir. Parma Üniversitesi'nden Giacomo Rizzolatti öncülüğündeki İtalyan sinirbilimciler, bir hayvanın sadece kendisi bir eylemi gerçekleştirdiğinde değil, aynı zamanda başka bir hayvanın da aynı eylemi gerçekleştirdiğini gördüğünde ateşlenen sinir hücrelerini kayıt altına almak için beyin bölgelerine elektrotlar yerleştirme vasıtasıyla primatlardaki ayna nöronların varlığını ilk ispat edenlerdi. Eğer IFG ayna nöron sisteminin bir parçası ise bu, empatinin diğer insanların eylem ve duygularını yansıtmanın bir şeklini içerdiğini akla getiriyor.[47, 69] Bilinçli ve sağlıklı bir insan beynine elektrotlar yerleştirmek etik olmadığından insanlardaki ayna nöron sistemi üzerine ölçüm yapmak zordur.[xvii] Ama ayna nöron sistemi, IFG, IFL ve **Inferior Parietal Sulkus**'u **(IPS)** (tam olarak

IPL'nin arkasında bulunur) içeriyormuş gibi gözükmektedir. İlginçtir ki bakış yönü ile ateşlenen nöronlar fikri, bu "ayna nöronlar" fikrine eklenmiştir. Bir maymundaki IPS nöronları sadece maymun belli bir istikamete baktığında değil, başka bir insanın (ya da maymunun) aynı istikamete baktığını gördüğünde de ateşlenir.[71]

Bu arada, kimileri ayna nöronların tek başlarına empatiyle eş tutulabileceğini varsaymakta aceleci davranırlar ama ayna nöron sisteminin, eylemlerin etkinlik alanıyla ilgili olarak tekil hücre kayıtlarında doğrulandığını ve sadece empati için yapıtaşları olabileceklerini aklımızdan çıkarmamamız gerekir. Örneğin ayna nöron sistemi, bir bebeğe yemek verirken bebeğin ağzını açması sonucu bizim de istemsiz bir şekilde kendi ağzımızı açmamız ya da birisi esnediğinde bizim de esnememizdeki gibi *taklitçiliği* içerir. Diğerlerinin eylemlerini bu şekilde taklit etme, genellikle öteki kişinin duygusal durumu hakkında bilinçli bir şekilde düşünmeksizin meydana gelir. Bu etki bazı psikologların "bukalemun etkisi" dedikleri şeydir.[72] Aynı ölçüde, birisinin korktuğunu (yüz ifadesine şahit olarak) gördüklerinde diğerlerinin de aynı korku duygusuna *kapılmalarında* veya bir doğumevindeki bebeğin ağlamasının diğer bebeklerin de ağlamasını tetiklemesinde olduğu gibi *duygusal bulaşmanın,* empatinin bir şekli olduğu öne sürülmüştür. Yine *bulaşmanın* bu tipinin, başkasının duyguları hakkında bilinçli düşünmeye ihtiyaç duymaksızın gerçekleştiği farz edilebilir. Bu bölümün başında da belirtmiş olduğum üzere "empati" terimini, bunlar gibi basit olgulardan daha fazlası için saklıyorum. Empati bu otomatik yansıtmadan daha fazlasıymış gibi görünüyor. Hem otomatik yansıtma sistemleri hem de zihinsel durumların, duyguların ve diğer kişilerin kendisiyle ne şekilde bir münasebeti olduklarının net bir şekilde anlaşılmasıyla alakalı olan daha bilinçli sinirsel sistemler birbiriyle etkileşim içindedir.[24, 73, 74]

Empati devresindeki son (fakat birçok bakımdan grubun en değerlisi olan) bölge limbik sistemdeki korteksin altında yer alan **Amigdala**'dır, duygusal öğrenme ve düzenleme işlemleriyle alakalıdır.[75, 76] New York Üniversitesi'nden sinirbilimci Joseph LeDoux, bir şeylerden korkmayı nasıl öğrendiğimizle bağıntılı olan kapsamlı çalışmaları snucu amigdalayı "duygusal beynin"[77] merkezine yerleştirir.[xviii] (Amigdalaya olan hayranlığı ve müzik aşkı *The Amygadaloids* isimli bir müzik grubu kurmasına neden olmuştur![xix]) 2009 senesinde Cambridge'i ziyaret ettiğinde Joe ile tanışma şerefine erişmiştim. Amigdalanın empati üzerindeki rolüne dair kanıtın temel parçası, 1999'da beraber yürüttüğümüz, fMRI tarayıcısında bulunan insanlardan başka insanların göz fotoğraflarına bakmalarını ve bu fotoğraflardan o kişilerin duyguları ve zihinsel durumlarıyla ilgili sonuçlar çıkarmalarını istediğimiz bir çalışmadan geldi. Net bir şekilde etkin hale gelen beyin bölgesi amigdalaydı.[80] Amigdalanın empati devresinin bir parçası olduğuna dair diğer bir ipucu, isminin baş harfleri olan S.M. ile tanınan meşhur bir nöroloji hastasından gelmektedir. S.M.'nin her iki amigdalasında da (hepimizin her bir yarıkürede birer tane amigdalası bulunur) çok özel bir hasar bulunmaktadır. İyi bir zekâya sahip olmasına rağmen, temel sıkıntısı başkalarının suratlarına yansıyan korkulu hisleri tanıyamamasıdır.[81] S.M.'nin sahip olduğu bu korkulu suratları tanıma sıkıntısı, gözlerin, birisinin suratındaki korkuyu fark etmekte önem arz etmeleri gerçeğine bağlıdır. S.M.'nin amigdalasındaki hasar, onun göz teması kurma becerisini etkilediğinden korkulu yüzleri ayırt etmekte güçlük çekmektedir.[82] Bunun böyle olduğunu biliyoruz, çünkü gözlere dikkat etmek üzere yönlendirildiğinde korkulu yüzleri fark etme yeteneğini geri kazanmaktadır.[83] S.M. bize amigdalanın, diğer insanların duygu ve düşünceleri hakkında ipuçları veren gözlerine bakmamız için işaret vermede nasıl kilit bir rol üstlendiğini hatırlatır.

Beynin empatiyle ilgili on büyük bölgesine yaptığımız kısa turumuz burada son buluyor.[xx] Kendi deneyimlerimizi otomatik olarak kodlamayla alakalı olan bölgelerin çoğu, başkalarının bir eylemde bulunduğunu veya benzer şeyler deneyimlediğini algıladığımızda otomatik olarak etkinleşir.[xxi] Aynı şekilde, bilinçli olarak bir başkasını düşünmeyle alakalı bölgeler, kendimizi düşündüğümüzde de etkinleşir.[xxii] Bu bölgeler beyindeki bir empati devresi hakkında konuşabilmemize olanak verir. Bir devre içindeki bu on ara istasyon arasındaki bağlantı basit, doğrusal değil (kolyedeki inciler gibi), çokludur. Bu bölgelerin, kişinin empati seviyesine[73] göre etkinlik açısından farklılık gösterdiğini bulmuş olmak bizi empatinin bir reosta gibi değişkenlik gösterdiği fikrine geri götürmekte ve bize, az empati sahibi olan ya da hiç empati sahibi olmayan insanları açıklayabilmenin doğrudan bir yolunu sağlamaktadır. Beklememiz gereken şey empati çan eğrisinde aşağılarda bir yerlerde olan birinin, empati devresi kısımlarının tümünde çok daha *az* sinirsel etkinlik gösteriyor olmasıdır. Bu öngörüye kısaca göz atacağız.

O halde insanların başkalarına nasıl zalimlik yapabildiklerini biraz olsun açıklayabilmiş olduk mu? Şimdi "kötülük" terimini "empati" terimiyle değiştirebilir miyiz? Henüz değil. Şu ana kadar sahip olduğumuz tek şey bazı insanların EQ testinde düşük puan aldığıydı ve şimdi de elimizde, işleyişleri bir kişinin ne kadar fazla empati göstereceğini belirleyen beyin bölgelerinin bir listesi bulunmakta. Fakat bu henüz birkaç sebepten ötürü tatmin edici bir açıklama değil. İlk olarak, bu bölgelerin başkalarına zalimlik yapan insanlarda "az çalıştığının" kanıtına ihtiyacımız var. İkinci olarak, EQ testinden aşırı düşük puan alan insanların neye benzediklerine dair daha açık bir tasvire ihtiyaç duyuyoruz. Üçüncü olarak, empatinin sıfır derecesine varmasının farklı rotaları olup olmadığını bilmemiz gerekiyor. Son olarak da, beyindeki empati devresinin

teklemesine sebep olan çevresel ya da biyolojik etmenlerin neler olduklarını bilmemiz gerekiyor. Bunun nasıl olduğunu açıklayabilirsek, insan zalimliğinin uç noktalarını açıklamaya yönelik arayışımıza cevap bulmuş olacağız.

Bölüm 3

Empatinin Sıfır Derecesi Negatif Olduğunda

Empatinin sıfır derecesi neye benzer? Empati sahibi olmamak ne anlama gelir? Ve bu, bazı insanların "kötü" dediği şey olarak tercüme edilebilir mi?

Empatinin sıfır derecesi, başkalarında nasıl bir izlenim uyandırdığınız, onlarla nasıl iletişim kuracağınız veya duyguları ve tepkilerini nasıl sezeceğinizle ilgili bir farkındalığınız olmadığı anlamına gelir; Empati Mekanizmanız sıfır seviyesinde işliyor demektir. İlişkilerin neden yürümediğiyle ilgili kafanızı karışmış hissettirir ve kökleşmiş bir benmerkezcilik yaratır. Diğer insanların duygu ve düşünceleri algılayışınız dışındadır. Sizi kendinize mahkûm eder, kendi küçük kabuğunuzun içine çeker, sadece diğer insanların duygu ve düşüncelerinden değil, başka bakış açıları *olabileceği* düşüncesinden de bihaber hale getirir. Sizi kendi fikir ve inançlarınızın doğruluğuna yüzde yüz inanmanız ve inandıklarınıza inanmayanları yanlış ya da aptal olarak yargılamanız sonucuna götürür.

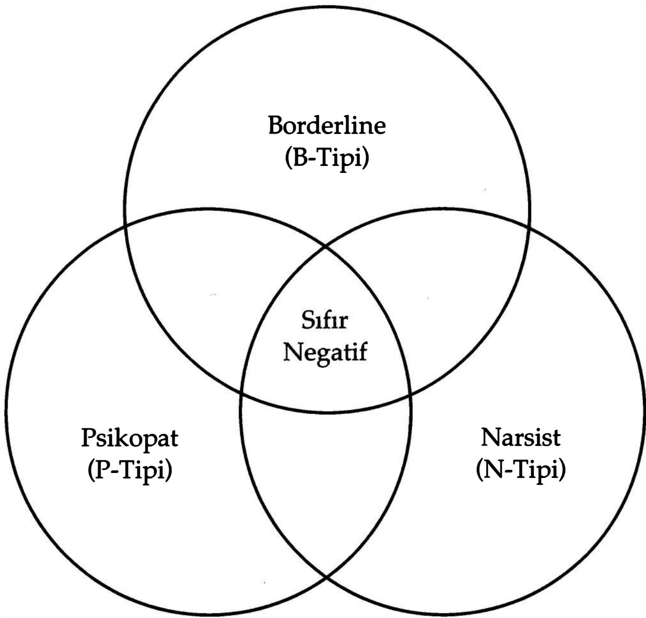
Sıfır derecedeki empatiye sahip olmak nihayetinde yapayalnız bir var oluş, en iyi ihtimalle yanlış anlaşılmış bir hayat,

en kötü ihtimalleyse bencil olarak ayıplanmak anlamına gelir. Davranışlarınızın önündeki frenleri kaldırarak her bir arzu nesnesini kovalamak veya eylem ve sözlerinizin başkaları üzerindeki etkilerini hesaba katmadan aklınızdaki her düşünceyi ifade etmek üzere sizi başıboş bırakır. Uç noktadaki durumlarda, sizin cinayet işlemenize ya da tecavüz etmenize bile sebep olabilir. Daha yukarılarda (sıfıra yakın olan birinci ya da ikinci seviyelerde) sizin sözlü bir tacizci olmanıza veya sadece gereğinden fazla konuşmanıza ya da bir yerde haddinden fazla kalarak insanlara rahatsızlık vermenize sebep olabilir. Ancak sözel olarak duyarsız olan biri, bir yandan başkasına fiziksel bir zarar vermenin hoş bir şey olmayacağını fark edebildiği için, bunlar şüphesiz, empati açığının farklı seviyeleridir. Ama sözel anlamda duyarsız olan biri de EQ'da sıfır seviyesine yakın olabilir. Empatinin sıfır derecesi, birinin zulüm yapmasına sebep olabilir veya kişiyi başkalarına karşı duyarsız hale getirebilir veyahut da en basitinden onun sosyal anlamda izole kalmasına sebep olabilir. Bu, empatinin sıfır derecesinin bazı insanların "kötü" dedikleri şeyle aynı şey *olmadığının* altını çizmektedir. Ama empatisi bu derece tükenmiş birinin yörüngesine girenler için bu, sözlü hakaretlerin, fiziksel saldırıların veya özen ve itibar noksanlığı deneyimlemenin eşiğinde olma riski, kısacası canınızın yanma riski olduğu anlamına gelir.

Empatinin sıfır derecesine toplum içerisinde gelişigüzel rast gelinmez. Bu son noktaya gelmek için iyi tanımlanmış en azından üç adet güzergâh vardır. Bu bölümde, psikiyatriden eski kategorileri aldığım ve onları empatinin sıfır derecesinin örnekleri olarak yeniden kavramsallaştırdığım yeni bir görüşü öne süreceğim. Bunları Sıfır-Negatif olarak gruplamamın sebebi, haklarında *pozitif* olarak söylenecek bir şey *olmaması.* Bu, hem bundan mustarip olan kişi hem de onların çevresindekiler için gerçekten de kötü bir durumdur. Bu kişilerden

her biriyle tanıştıkça ve beyinlerine göz attıkça, empatilerini nasıl kaybetmiş olurlarsa olsunlar, eğer Sıfır-Negatif iseler meselenin gerçekten de beyindeki aynı temel empati devre sisteminin etkilenmesi olup olmadığını görebiliriz.

Görsel 6'da gösterilen çemberlerin üçünü de yavaşça inceleyeceğiz, fakat adım adım ilerlememiz gerekir. Sıfır-Negatifin ilk şekline borderline (sınırda) veya B-Tipi denir.



Görsel 6: Sıfır-Negatifin üç şekli

Carol otuz dokuz yaşında. Onunla Cambridge'deki kliniğimize geldiğinde tanıştım. (Yaşantısının detaylarını mahremiyet ilkesinden ötürü saklıyorum). *Borderline* olarak sınıflandırılmış durumda. Tam adını verecek olursak, *Sınırda Kişilik Bozukluğu*na* sahip. Hatırlayabildiği kadarıyla uzun zamandır –ki bu kesinlikle erken çocukluk dönemine kadar gidiyor– hayatının "lanetlenmiş" olduğunu hissetmiş. Fırtınalı çocukluğuna, istikrarsız ergenliğine ve krizlerle dolu yetişkinliğine dönüp baktığında bunalımlarla dolu bir ömür görüyor. Ebeveyniyle olan ilişkisinde araya, bu süreler boyunca kendileriyle bir kelime dahi konuşmadığı yıllarca süren dönemler girmiş.

Kendisine karşı kötü davranmış olduklarını hissettiği ve ona hiçbir zaman gerçekten anne babalık yapmadıklarını düşündüğü ebeveynine karşı büyük bir nefret birikiminin olduğunun farkında. İnsanlar ona ne kadar iyi davranırlarsa davransınlar, kendisine saygısızlık yaptığını hissettiği herkese karşı, bugün dahi bir nefret olarak ortaya çıkan, bu kaynayan öfkeyi hiçbir zaman yatıştıramayacağını düşünüyor. Çoğunlukla ona saygısızlık yaptıklarını düşündüğü insanlar sadece onunla aynı fikirde olmayanlar; ona göre bunu zıtlaşmacı bir yolla yapıyorlar. Öyle davranmadıkları halde ona kötü davrandıklarını varsaydığı için başkalarına tepki gösterme şekli çarpık ve önyargılı.

Eğer çocukları, onlara söylediği şeyi yapmazlarsa, onlara bağırarak şöyle diyor:

"Bana böyle saygısızca davranmaya nasıl cüret edersiniz! *Siktirip* gidin! Sizden *nefret* ediyorum. Sizi bir daha asla görmek istemiyorum. Kendi başınızın çaresine bakın. Sizinle

---

* "Borderline Personality Disorder" Türkçeye "Sınırda Kişilik Bozukluğu" olarak çevrilse de İngilizcedeki "borderline" terimi de Türkçede kullanılmaktadır. (ed.)

tüm ilişkimi kesiyorum! Kötü ve bencil piç kuruları! Sizden nefret ediyorum! Kendimi öldüreyim de *sebep olduğunuz* için kına yakın siz de!"

Sonra da kapıyı çarparak hiddetle oradan çıkıyor.

Dakikalar sonra arabayla arkadaşlarından birine gidiyor, akşamı orada eğlenerek ve can yakıcı sözlerinin etkisiyle sersemlemiş olan çocuklarını ardında bırakmış halde geçiriyor. Nefreti ve öfkesi aniden ortaya çıktığında durdurma şansı yok. Sözler her kime denk gelecekse onun canını yakmak için tasarlanmış adeta. Kendi duyguları o kadar güçlü ki, aklında anneleri tarafından kötü diye itham edilen çocuklarının nasıl hissedebileceklerini hesaba katmaya yer yok. Carol'ın davranışındaki ironi, başkalarını bencillikle itham ederken (çünkü onların istekleri kendisininkilerle uyumlu değil) kendisinin mutlak bir bencillikle hareket ediyor olmasıdır.

Eğer ebeveynlik kendi ihtiyaçlarının çocuklarınınkinden sonra gelmesiyle tanımlanıyorsa, Carol ebeveynlik için tamamıyla yetersiz demektir. Carol için en önemli olan şey kendi ihtiyaçlarıdır ve çocuklarının (veya bu arada başka herhangi birinin de) ihtiyaçları bile onun ilgi alanında asla belirmez. Çocukları, onun feveranının hırpalayıcı etkisinin şokunu atlatmaya çalışırken, o arkadaşlarıyla beraber bir kafede gülüp eğlenir. Eve geri döndüğünde ya hiçbir şey olmamış gibi davranır ya da ondan özür dileyene kadar çocuklarıyla (veya onun öfkesini her kim kışkırttıysa, onunla) konuşmaz.

Nefret ve öfke Carol'ın tek sorunu değil. Başkalarının davranış ve duygusal ifadelerini (yüzlerindeki, seslerindeki ya da hareketlerindeki) yorumlamada da büyük zorluklar yaşamaktadır. Başkalarının neler düşündüğünü, neler hissettiğini bildiğini *zanneder* fakat empatisi onların kendine yönelik düşmanca niyetler barındırdıklarını varsaymasına sebep olacak bir önyargı tarafından çarpıtılmış ve bozulmuş durumdadır. Birisi sadece birkaç dakika bile sessiz kalsa, onun agresif ta-

vırlar sergilediğini düşünür. Birisi bir şaka yapsa, o kişinin kendisine saldırıda bulunduğunu düşünür. Birisi ona şefkat gösterse, bunun iyi niyetli olmadığını düşünür. Birisi ondan özür dilese, bunun da samimi olmadığını düşünür. İnsanlar onu önemsediklerine ya da kırıcı davranışlarından ötürü üzgün olduklarına ikna etmeye çalışsalar da, iyi niyetli olduklarını kabul etmemek ve başından defetmek için onlara bir anda samimiyetsizlikle itham edecek, saldıracaktır. Başkalarının, onun gaddar, benmerkezci davranışları tarafından sindirilmiş olmaları aklına dahi gelmez.

Carol aşırı derecede geçimsizdir. Davranışları son derece fevri ve çileden çıkarıcı olsa da üzgün bir portre çizer: Otuz dokuz yaşında, kendinden emin durması ve çabalarıyla ilgili gurur duyması gerekirken, yakın ilişkilere karşı güvensiz, başkaları tarafından sürekli hayal kırıklığına uğratılan ve kendine haksızlık edildiğine inanan biri olup çıkmıştır. Carol'ı tanıyanlar için onun duyguları lunaparkın inişli çıkışlı trenleri gibidir. Yalnız ve depresif hissetmek ile tamamen mutlu veya başkalarına öfke duymak arasında gidip gelir. Gece olunca barlara gidip yeni bir ilişki bulma umuduyla yabancılarla dans eder. Samimiyetin ilerlediği bazı ilişkiler cinsel beraberliklere dönüşür. Başkalarının onu çekici bulma fikri hoşuna gider ve kendini birine yakın hissetmek ister. Yine de bir ilişkiye başlar başlamaz çatışma çıkararak ilişkiyi sabote etmeye başlar. Sorun arar ve sürekli olarak "Neden iletişim kurmuyorsun?" ve "Neden beni umursamıyorsun?" der.

En son sevgilisi John'un onu önemsediğine dair güvence vermeye çalışmasına ve onunla iletişim kurduğu yanıtını vermesine rağmen, Carol, John'un bunları yapmadığında ısrar ediyor. John ona oturup konuşmak için zaman tanıdığında, o bunun "gerçek" iletişim olmadığını savunuyor. Eğer John kendini savunmaya kalkarsa, Carol onu "kendisine karşı kapalı" olmakla veya "derdini anlamamakla" suçluyor. Carol,

John eğer beni gerçekten sevmiş olsaydı, içten içe ne kadar çok canımın yandığını bilirdi, diyor. John'un kendisinden nefret ettiği konusunda ısrar ediyor ve bunu ispatlamak adına kendine vurması için ona sataşıyor. John'a bağırıp küfrettikten sonra, bu sefer de kollarını ona doluyor ve "Beni terk etmeyeceğine dair söz ver!" diyerek John'un onunla sevişmesini istiyor.

Sık sık kendisini öldürme tehdidi savuruyor. Son olayda, John'un onu yeterince umursamadığını iddia ederek gece saat üçte dışarı koşmuş ve "Bu sefer bunu yapacağım!" demiş. John, onu teselli etmek ve geri döndürmek için saatlerce onu bulmaya çalışmış. Bölgedeki parkları, ıssız otoparkları, boş arazileri veya daha önce kaçtığı yerleri aramış. Tahmin edileceği gibi, bu tür istikrarsız ilişkiler pek uzun sürmez.

Evliliği süresince ona kendisini değersiz, önemsiz ve sanki yokmuş gibi hissettirmekle itham ettiği kocası Mike'a aşağılamalar yağdırmış. Mike onun önemli olduğunu söylediğinde o, "Sen de herkes gibisin. Herkesin yaptığı gibi sonunda beni terk edeceksin," demiş. Mike onu kollarının arasına alıp teselli etmeye çalıştığında, Mike'ı itmiş, onu boğmaya çalıştığını söylemiş. Erkeklerin ona dokunmasından nefret ediyor ve kişiliği üzerinde egemen olmalarından korktuğu için bir eş olmak istemiyor. Ona yaklaşmak isteyen herkesi geri püskürtüyor.

Tamamen bencil. Diğer insanların düşüncelerine önem vermeden durmaksızın kendi ve düşünceleri hakkında konuşuyor. Eğer yatakta sevgilisi ona dokunursa elini itiyor, yatağın orta çizgisini geçmemesini söylüyor. Ona, "Sırf *içine sıçtığımın* kariyerinin zirvesinde olduğun için kendisini çok önemli zannediyorsun," diyor. Onun yanındayken kendisini bir "hiçmiş" gibi hissettiğini, John'un ona kendisini "beş para etmez" hissettirdiğini ve ölmüş olsa dünyanın daha güzel bir yer olacağını söylüyor. Bu acı dolu hayattan kurtulmaya can

attığını ve yine böyle bir günde bunu "gerçekleştireceğini" söylüyor. Eğer John biraz geri çekilirse, ona söverek, "İşte! Beni umursamadığını söylemiştim sana!" diyor. Eğer John yaklaşmaya çalışırsa ona, "Git başımdan ve beni yalnız bırak. Beni cidden önemsemiyorsun," diyor.

Bunun neden net bir Sıfır-Negatif vakası olduğunu anlamak zor değil. Carol'ın empatisi sıfır noktasında ve böyle bir durumda olmanın iyi bir yanı da yok. Diğer kadınları hor görmesinin kaçınılmaz bir sonucu olarak sadece birkaç arkadaşı var. Yalnız kaldığında ancak bir şeyler yiyerek, sevişerek, alkol alarak rahatlayabildiğini, yoksa saldırganlıkla kurtulabileceği korkunç seviyelerde bir huzursuzluk ve "terk edilmişlik" duygusu hissettiğini söylüyor. Bir an için olgun bir kadın gibi hareket ediyor ve hemen akabinde, dramatik bir biçimde kollarını dizlerine dolayıp oturmuş ufak bir kız çocuğuna dönüşüyor. Sakin ve düşünceli görünebiliyor ama bir anda oldukça tehditkâr olabiliyor (ya bunu yaparsın ya da seni mahkemeye veririm, vb.). Bir anda arkadaşının kapısını "Asla geri gelmeyeceğim!" diyerek çarpıp çıkabiliyor ve bir hafta sonra da hiçbir şey olmamış gibi geri gelebiliyor. Var olan o birkaç arkadaşına da aynı sıcak ve soğuk tavırlarla davranıyor; bir an için onlara en iyi arkadaşları olduklarını söylüyor, sonra da onları sadık olmamakla suçlayıp arkadaşlıklarının yanlış ve onların *kötü* olduğunu iddia ediyor.

Bunlar size Carol'ın mevcut davranışlarıyla ilgili örnek bir tablo çizmiştir. Daimi bir terk edilme korkusu, duygusal acı ve yalnızlık, nefret (başkalarına ve kendilerine yönelik), dürtüsellik ve kendi kendine zarar verici, oldukça tutarsız davranışlar sınırda kişilik bozukluğuna sahip kimselerin ayırt edici özelliklerindendir. Jerold Kreisman ve Hal Straus[90] borderline kimseleri kitaplarının başlığında özetliyorlar: *Senden Nefret Ediyorum, Beni Terk Etme.* Bu, sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanların çelişkili davranışlarını birebir özetliyor.

Peki, Carol nasıl oldu da bir Sıfır-Negatif oldu? Sınırda kişilik bozukluğuna giden yol nedir ve bu kaçınılmaz olarak insanlara zalimce davranmak anlamına mı gelir?

Carol'ın Gelişimi

Carol henüz bir bebekken, annesi onu ihmal edermiş. Özen ve ilgi göstermenin çocukları şımartacağını, çocuk yarın bir gün sevgi bekleyen, ilgi meraklısı biri olur diye "insanı sıkıntıya sokacağını" düşünürmüş. Carol'ı doğumundan sonra yalnızca bir hafta boyunca emzirmiş ve sonra çok meşgul olduğunu bahane göstererek bebeği bir dadıya vermiş. Emzirdiği için bir anne olarak görevini yerine getirdiğini hissetmiş ama bu fiziksel yakınlıktan anaç bir zevk almamış. Carol yürümeye başlayıp ona muhtaç olmadığını sergilediğinde ve saatlerce, hatta tüm gün boyunca yalnız bırakıldığı halde ağlamadan durduğunda ve onunla gurur duymuş. Carol'a, ağlamanın ona annesini getirmeyeceğini ya da kucağa alınmasını sağlamayacağını öğretmiş olmaktan dolayı da kendiyle övünmüş. "Çocuklar, kimin patron olduğunu öğrenmeliler," dermiş.

Carol annesinin buyurduğu şeyi yapmazsa dayak yermiş. Sofra adabı annesinin standartlarına uymadığından pek çok kez masadan kovulduğunu ve annesinin ona, "Sadece ekmek ve suyla tüm gün odanda kalacaksın!" dediğini hatırlıyor. Ağlayacak olursa, annesi onu köpeklerini terbiye etmek için kullandığı kemerle dövmekle tehdit edermiş. Carol annesinin hiç ilgi göstermediğini, ona hiç sarılmadığını ya da asla öpmediğini ve toplum içerisinde azarlayarak onu küçük düşürdüğünü anımsıyor. Annesi Carol'ın küçük kız kardeşini göstere göstere kayırırmış. Carol sekiz yaşındayken, daha sonra kendini yapayalnız hissedeceği, içine kapanık ve sosyal olarak kaygılı biri haline geleceği bir yatılı okula gönderilmiş. Annesi, annelik görevlerini yerine getirdiğini ve çocukların kendi ayakları üzerinde durmayı öğrenmeleri gerektiğini düşünmüş. Sonuç

olarak, annesinin ona göz kulak olmak için asla yanında olmadığını bilerek, Carol bundan önce olmasa da sekiz yaşından itibaren kendi başının çaresine bakarak büyümüş. Okumayı kendi kendine öğrenmiş, annesi ev işleriyle hiç ilgilenmediğinden çamaşır makinesini nasıl kullanacağını, evi nasıl temizleyeceğini kendi kendine öğrenmiş. Yemeklerini kendisi pişirir, evi temizler ve her gece uyumadan önce ağlarmış.

Carol babasının zaman zaman sevecen ama aynı zamanda bunalımlı olduğunu, sıklıkla uzun süre evde kalmadığını, sevgisinin ise tahmin edilemez olduğunu hatırlıyor. Kendisi yatağının altına saklanıp kulağına tıkadığı parmaklarıyla dış dünyadan kendisini soyutlamaya çalışırken, ebeveyninin ettiği fiziksel kavgaları hatırlıyor. Carol dokuz yaşındayken anne-babası boşanmış ve ergenlik yıllarında annesi eve hemen hiç gelmemiş. Okulda kalmadığı zamanlarda arkadaşlarında kalırmış ya da eve geldiğinde annesi hep dışarıda olduğu için, boş bir eve gelmiş olurmuş. Cinsel hayatı, sevilmek için gösterdiği umutsuz bir çabayla daha on dört yaşındayken başlamış. Depresyonundan uzak durmak için önce esrar, sonra da LSD kullanarak uyuşturucuya sığınmış. Çocukluğunda, hayatın kaçıp kurtulmak istediği bir mücadele olduğunu hissiyle her gün nasıl da ölmek istediğini hatırlıyor.

Carol on altı yaşındayken bir gün bir kafede oturuyormuş. Kırklı yaşlarında yalnız başına oturan bir adamla arkadaş olmuş ve hayat hikâyesini anlatarak ona içini dökmeye başlamış. Karşılığında adam da ona kötü giden evliliğinden, sıkıntılarından bahsetmiş ve arkadaşlık teklif etmiş. Adamın üzüntüsüyle kendi durumunu özdeşleştirmiş ve adam tarafından istenmek gururunu okşamış. Adam o akşam karısına yazdığı bir mektuba göz atması için onu evine davet etmiş, Carol da daveti seve seve kabul etmiş. Daha sonra, o akşam adamın evine gittiğinde, adam kapıyı onun üstüne kilitlemiş ve ona ne kadar güzel olduğunu söyleyip birlikte olmak is-

temiş. Carol korkmuş, bunu yapmak istememiş ama adam onunla seks yaparken hiçbir şey söylememiş. Tüm bunlar bittiğinde, "pislik" muamelesi yapılmış, tecavüze uğramış gibi hissetmiş ama bunu hiç kimseye anlatmamış. Hayatı bu şekilde sürmeye mahkûmmuş gibi hissetmiş ve bunu, "laneti" olarak tanımlamış.

On sekiz yaşına geldiğinde depresyonundan kurtulmak için vücudunu kesmeye, barlara gitmeden önce içmeye başlamış. Nasıl olup da kendisini başka erkeklerin yataklarında bulduğunu hatırlayamamasına şaşırırmış. Bu tarz cinsel birlikteliklerin birinden sonra hamile kalmış. Bebeği doğurmaya karar vermiş ama bebek doğduktan sonra doğum-sonrası depresyonu ortaya çıkmış. Carol ona bakabilecek durumda olmadığından bebeği bakıma alınmış. Dört yıl sonra, ona göz kulak olmayı teklif eden Mike'la evlenmiş ve ilişkileri –eğer ortada herhangi bir ilişki varsa tabii– birkaç yıldan daha uzun sürmemiş olsa da ondan da iki çocuğu olmuş. Kısa süre içerisinde Mike'ı faturaları ödemesi, çocuklarla ve pek çok gece dışarıya eğlenmeye giderken kendisiyle de ilgilenmesi için kullanmaya başlamış. Carol'ın arkadaşlıkları kısa ömürlüdür ve onlardan ne elde edebileceğine bağlıdır. Başka insanların sorunlarını dinlemek istemez. Tüm umursadığı kendisidir.

Carol'dan Bir Adım Uzaklaşarak Düşünmek

Carol'ın korkunç bir çocukluk ve ergenlik dönemi olmuştu. Erken dönem yoksunluklarının etkileriyle ilgili bir yüzyıldan uzun zamandır süregelen araştırmalar bu tarz çevresel faktörlerin beyin gelişimini muhtemelen geri dönülemez bir şekilde etkilediğini açıkça ortaya koymuştur. Onun bir "borderline" (ya da B-Tipi) olduğuna nasıl karar veririz? Sınırda kişilik bozukluğu olan birinin davranışları nasıl olur?

Psikiyatristlere göre sınırda kişilik, diğer çeşitlerden farklı olarak, kişilik bozukluklarının oldukça özel bir çeşididir. Sı-

nırda kişilik bozukluğuna sahip olanların oldukça yaygın olduğu ortaya çıkmıştır (toplam nüfusun %2'sini oluştururlar). Rehberlik veya psikiyatrik yardım için gelenlerin arasında ise oran daha yaygındır (%15 civarı). İntihar eden insanların yaklaşık üçte biri borderline'dır. Kliniklerdeki yeme bozukluğu olanlara, alkoliklere ve madde bağımlılarına bakacak olursanız, B-Tipi oranı %50'yi bulabilir.[91-93]

Bu insanların ayırt edici özellikleri, kendi kendilerini yok etme dürtüsellikleri, öfkeleri ve değişken ruh halleridir. (Sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanlar için "semptomların" listesini Ek-2'de görebilirsiniz.) Borderline kişiler ayrıca mutlaka siyah ve beyaz tarzda düşünmeye (bölünme) meyillidir. Bu yüzden onlar için insanlar ya "tamamen iyi" ya da "tamamen kötü"dür. (Bu, borderline kişilerin bir tarikat liderini tamamen iyi birisiymiş gibi görerek özellikle tarikatları ilgi çekici bulmalarının sebebi olabilir.) Ayrıca çok manipülatif olurlar; örneğin zayıf ve yardıma muhtaçmış gibi yaparlar, cinsel cazibelerini kullanırlar ya da ilgi çekmek için intihar etmekle tehdit ederler. Empatinin iki büyük bileşeni (farkına varma ve karşılık verme) açısından bakıldığında, bunların ikisinde birden zorluk çekenler B-Tipi olabilirler; uygun bir duyguyla tepki vermekte kesinlikle başarısız olurlar ve başkalarının yüzlerindeki niyet ve hisleri doğru bir şekilde *okumakta* da zorlanabilirler.

Kliniklere başvuranların %70'i daha önce intihara teşebbüs etmiştir ve borderline hastaları ortalama olarak da hayatlarında en azından üç kez intihara teşebbüs etmişlerdir. Bu sebeple borderline için "en ölümcül psikiyatrik bozukluk" olduğu söylenir.[94-98] "Sadece" dikkat çekmek için (fakat bunu yapmaya niyeti olmayan) intihar edeceğini söyleyenler ile bunu gerçekten yapmayı planlayanlar arasında ayrım yapmak biraz güç olabilir. Borderline'ların yaklaşık %10'u gerçekten intihar ederken, diğer %90 sadece göz korkutur ya da yalnızca inti-

hara teşebbüs eder. Başka bir insanın gözünü intihar etmekle korkutmak şüphesiz ona yapılacak empatik şeylerden biri değildir. Sadece ilgi çekme amaçlı intihar girişimleri de bir felaketle sonlanabileceğinden gerçekten intihar etmiş olan %10'un gerçekten intihar etmek isteyip istemediği net değildir. İşte bu da, diğer insanları ikilemde bırakır. Eşiniz ya da yakınınız sizi intihar etmekle tehdit ediyorsa, bunu sadece bir ilgi arayışı olarak düşünüp umursamazsınız ve görmezden mi gelirsiniz, yoksa "acaba ciddi olabilir mi?" diye düşünüp durumun aciliyetine ve paniğine mi kapılırsınız?[99]

Borderline'lar sevdiklerine *öfkelenirler*. İnsanlar aşk ve nefret arasında ince bir çizgi olduğunu söylüyorlarsa, borderline olanlar için bu çizgi çok daha incedir! Bu öfkeye rağmen, kendilerini içlerinde bir "boşluk" varmış gibi tasvir ederler. Size açıkça, bu boşluk hissinin korkunç bir duygusal acıya ve bunalıma sebep olduğunu söyleyeceklerdir. Size dürtüsel davranışların (içki içmenin, uyuşturucu kullanmanın, kendini yaralamanın, cinsel hafifmeşrepliğin, aşırı yemenin, kumar oynamanın ve intihar teşebbüslerinin) hepsinin, sadece kısa bir rahatlama elde etmek ve boşluk hissinden başka bir şeyler hissetmek için yapılan girişimler olduğunu söyleyeceklerdir.

O boşluk duygusunun onları bir çekirdek kimlikten yoksun bıraktığını söylerler. Hayatı sürekli bir başkasının kimliğinde oynadıkları bir oyun gibi algılarlar. Nasıl ki kendileri derinlerde bir yerlerde kim olduklarını bilmiyorlarsa, aynı şekilde diğer insanların da kim olduklarını çözmek onlar için zordur. Kendileriyle ilgili yaşadıkları sorun, tüm insanlarla yaşadıkları sorunu yansıtıyormuş gibidir. Bunun yerine insanların iyi ya da kötü taraflarına odaklanırlar; bir insanı *hem* iyi *hem* de kötü olarak göremiyorlarmış izlenimi yaratırlar. Sevdikleri kişileri dakikalar içerisinde kusursuz olarak algılamaktan vazgeçip kötü olarak algılamaya başlayabilirler. İnsanları ya putlaştırırlar ya da değersizleştirirler. Bazen bu

"bölünmenin" Freudçu bir savunma mekanizması olduğu düşünülür, fakat diğer bir görüş, bunun son derece iki kutuplu düşünen bir zihnin işareti olduğudur; gri tonlar yoktur.

Marilyn Monroe

Marilyn Monroe (Norma Jeane Baker ismiyle vaftiz edilmişti) bilindik bir borderline idi. Göz kamaştırıcı dış görünüşüne rağmen içinde bir volkan kaynıyordu. Elton John, *Candle in the Wind* isimli ünlü şarkısını onun birdenbire değişen ruh halini kısa ve öz bir şekilde anlatmak için yazdı. Norma 1926'da doğdu, anne ve babası ise 1928'de boşandı. Sürekli gerçek babasının kim olduğunu bilmediğini söyledi. Ruhsal sorunları nedeniyle annesi Gladys, büyütmeleri için Norma'yı, yedi yaşına gelene kadar yanlarında kalacak olan Bolender ailesine verdi. Norma, bu gerçek ona söylenene kadar Bolender'ların gerçek ailesi olduğuna inandı. Gladys onun hayatına yeniden girdi ve tekrardan beraber yaşamaya başladılar, ta ki Gladys psikiyatri kliniğine yatana kadar. Daha sonra Gladys'in arkadaşı olan Grace, Norma'nın bakımını üstlendi. Norma dokuz yaşına geldiğinde Grace, Ervin Goddard isimli bir adamla evlendi ve böylece küçük Norma, Los Angeles yetimhanesine ve bir dizi yetiştirme yurduna gönderildi. İki sene sonra yeniden Grace'le beraber yaşamaya başladı ama Goddard'ın cinsel tacizine uğradı.

Norma, ilk evliliğini on altı yaşındayken, 1942 yılında komşusu James Dougherty ile yaptı ve toplamda üç kez evlendi. James, yetimhaneye geri gönderilmekten kurtarmak için onunla evlenmeyi kabul etmişti. Evlilikleri sadece üç yıl sürdü. 1954'te beysbol oyuncusu Joe Dimaggio ile evlendi ama bu sefer de evliliği bir yıldan kısa sürdü. Kısa süre sonra, 1956'da evlendiği oyun yazarı Arthur Miller onu şöyle tasvir etmişti: "O, o zamanlar benim için baş döndürücü bir ışıktı, katışıksız bir paradoks ve baştan çıkarıcı bir gizemdi; bir an

için kaya gibi sert olur, sonrasında ergenlik yıllarındaki ve daha sonra pek az kişinin muhafaza ettiği lirik bir hassasiyetle neşelenirdi." Hayatı boyunca yalnız olmaktan nefret etmiş ve terk edilme korkusuyla yaşamıştı. Yetişkinlik yıllarında psikiyatri kliniklerine girip çıkmış ve en az üç kez intihara teşebbüs etmişti. En sonunda, 5 Ağustos 1962'de (aşırı dozda uyku hapı içerek) kendisini öldürmeyi başardı.

Şimdi asıl konumuzu, yani empatinin sıfır derecesinin bu yanını ele almaya devam edelim. Hem Carol'ın vakasında hem de Marilyn Monroe'nun hayatında gördüğümüz kadarıyla sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanlar yalnız olmaya dayanamazlar. Onlara yalnızlık terk edilmişlik gibi gelir ve bu korkunç histen kaçmak için kişi başka insanlar arayıp bulacak ve hatta yabancılarla ilişki yaşayacaktır. Ama her kimle beraber olurlarsa olsunlar boğulmuş (onlarla yakınlaşan biri tarafından) ya da terk edilmiş (onlara uzak duran biri tarafından) gibi hissederler. İkisinin ortasında, bir ilişkinin rahatça keyfine varabilecekleri sakin bir yer bulamazlar. Bunun yerine insanları (öfkeyle ve nefretle) ittikleri ya da (aşırı bir minnettarlıkla) onlara umutsuzca bağlandıkları, birbirini izleyen sağlıksız bir davranış silsilesi yaşarlar.

Sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanlar ilk kez 1938'de, durumu psikoz ile nevroz arasında bir sınır olarak gören Adolf Stern tarafından tanımlandılar (şizofreninin daha hafif bir şekli). Şu anda sınırda kişilik bozukluğunun şizofreniden çok farklı olduğunu biliyoruz, fakat sebepleri hakkında bilinenler neler?

Ebeveynleri Suçlamak

Borderline'ların çocukluk dönemlerine dair psikoloji kuramlarının en eskilerinden bir tanesi Nesne İlişkileri Kuramı'ydı. Bu kurama göre, eğer ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarına saygı duymaz veya onları istismar ya da ihmal ederlerse ço-

cuklar borderline olurdu. Nesne İlişkileri Kuramı dört önemli psikodinamik fikirden gelmektedir.

İlki, çocuğun duygularının bir "nesnesi" olan ve ihtiyaçlarını karşılaması için çocuğun bel bağladığı "önemli başkası" (genellikle bir ebeveyn) fikridir. İkincisi, Freud'un, bir çocuğun sağlıklı bir kişilik oluşturabilmesi için başarılı bir şekilde geçmek zorunda olduğu gelişim dönemleri görüşüdür. Üçüncüsü, Freudcu bir prensip olan ve ilerleyen dönemlerdeki ilişkileri etkileyen "erken dönem ilişkilerinin önemi" prensibidir. Dördüncü fikir (Macaristan doğumlu New York'lu psikanalist Margaret Mahler'den gelir) normal bebeklerin gelişimlerine, anneleriyle bütünleşmiş bir halde hissettikleri ve sonradan ayrılıp birey haline geldikleri "otistik bir safhada" başladıklarıdır. Bu "ayrılma-bireyleşme safhası" sırasında çocuklar, ileri dönemdeki zihin sağlığı için gerekli olan kendilik hissini oluştururlar. Bu süreç, bir yanda bağımsızlık ve yakınlık için duyulan sağlıklı ihtiyaçları, öte yanda "yutulma" ve terk edilme gibi sağlıksız korkuları dengeler.

Otto Kernberg bu fikirleri borderline olanların tanımlanması için geliştirdi. Kernberg 1928 yılında Viyana'da doğdu. Weill Cornell Tıp Fakültesi'nde psikiyatri profesörü ve okuldaki Kişilik Bozukluğu Enstitüsü'nde de müdürlük yaptı. [xxiii] Tıpkı Mahler gibi Kernberg de bebeklerin otistik bir evreden geçtiklerine ve sonucunda kendilik kavramı oluşacak ilk ilişkilerini kurmak zorunda olduklarına inandı. Ayrılma ve bireyleşme safhası boyunca, normal bir çocuk "bölünme" olarak bilinen bir savunma mekanizması kullanır. İyi tecrübeler kötü olanlardan ayrılır. Kernberg için gelişimin doğal süreci bu ayrık parçaları, hem kendinin iyi ve kötü kısımlardan oluştuğunu hem de ebeveynin iyi ve kötü taraflara sahip olduğunu kabul etmeye entegre edebilmektir.

Kernberg'in tanımında, "bölünme" aşamasında sıkışıp kalan ve o entegrasyonu asla kotaramayan bir çocuk "dissosi-

yatif" evreye girer ve borderline olmaya mahkûm olur. Bu, annenin çocuğu sıklıkla başından defetmiş ve ona bir yakınlık sağlamamış olmasından veya bebeğinin sürekli yakınında olarak onun dünyayı keşfetmesini güçleştirmiş olmasından kaynaklanabilir. Bundan dolayı çocuk (annesi bırakıp giderse diye) terk edilmekten ya da (annesi tarafından çok fazla sahiplenilerek) sindirilmekten korkmuş olur. Ya da bu dissosiyatif evre, daha aşırı bir yoksunluğun veya çocuk istismarı gibi kötü bir muamelenin sonucu olabilir. Sonuç, duygusal olarak güvende olan bir yetişkin hissiyatına asla erişemeyecek bir çocuktur. Kötü deneyimler, negatif duygulardan (öfke ve nefret) oluşmuş bir lağım çukurunda karantinaya alınırken, bölünmüş parçada takılıp kalan çocuğun ebeveyniyle yaşamış olduğu iyi deneyimler ve ebeveynin çocuktaki iyi imajı çocuk tarafından kafada büyütülebilir ya da *öteki*yi idealleştirme ve kendini büyük görme şeklinde abartılabilir. Sonuçta, bağlanmaya duyulan yoğun bir ihtiyaç, yoğun bir terk edilme korkusu ve anneyle çatışmaların olduğu bir ilişki ortaya çıkar.

Bu kadar Nesne İlişkileri Kuramı yeter. Akıllıca bir kuram, çünkü siyah ve beyaz düşünme şekli, aşırı sevgiden aşırı nefrete doğru geçişler gibi bazı borderline özelliklerini anlamlandırıyor. Yine de, ebeveynlikle ilgili kestirimlerinin pek çoğunun bilim insanlarınca ölçülebilmesi oldukça zor. Yeni yürümeye başlayan çocuğunuza sarılmak söz konusu olduğunda, bunun ölçüsü nedir? Kendi zamanının pek çok kuramı gibi, diğer olası çevresel etmenleri (tacizci babaları, üvey ebeveynleri veya bakıcı rolünü üstlenmiş öteki insanları içeren) ihmal eden bir "anneyi-suçlamaya" yönelik meyle sahip olmaktan mustariptir.

Nesne İlişkileri Kuramı'nı daha kolay bir şekilde test etmenin yolu çocuğun fiziksel (örneğin çocuklar dövülmüş olarak tanımlandıklarında) veya cinsel istismarının ya da

çocuk ihmallerinin (çocuklar uzun süre yalnız başlarına bırakıldıklarında) belirgin vakalarını ele almaktır. Böyle tecrübeler yaşamış çocuklara baktığınızda ve onları araştırdığınızda mutlaka yetişkinlikte borderline ile bağlantılı pek çok kanıt bulacaksınızdır.[101, 102]

Büyüyüp de sonradan borderline olan çocukların ailelerinde ensest, çocuk istismarı, şiddet ve alkolizm yaygındır. Belli ki, çocuk istismarı ve borderline arasındaki bağlantı tam değildir; istismara uğrayanların hepsinde borderline ortaya çıkmazken, borderline olanların hepsi de geçmişte istismara uğramış değildir. Hatta, geçmişinde cinsel istismara uğramış olanların %80'inde borderline görülmez.[103-110] Yine de aradaki bağlantı kuvvetlidir. Sınırda kişilik bozukluğu bulunanların %40 ila 70'i geçmişte cinsel istismara uğradıkları bilgisini verirler.[105] Ayrıca %60 ila 80'i fiziksel şiddete veya boşanmadan kaynaklanan ebeveynden küçük yaşta ayrı kalma durumuna ya da duygusal ihmale, kayıtsızlığa, yoksunluğa ve kabul edilmemeye maruz kalmıştır.[111] Dolayısıyla erken dönem gelişimsel travmanın, bir kişinin empatisini özellikle sınırda kişilik bozukluğuna özgü bir yolla kaybetmesine sebep olduğunu gösteren çok sayıda kanıt vardır (her ne kadar bunlar gerekli ve yeterli nedenler olmasa da).

Borderline Beyin

B-Tiplerinin istikrarsız davranışlarına rağmen bilim insanları, beyinlerindeki empati devresinin kesinlikle farklı olan çoğu bölgesini incelemeyi başarmışlardır.

Öncelikle serotonin[xxiv] reseptörlerinden birine giden nörotransmitterlerde azalmış miktarda bağlantı vardır.[112] Tam da bekleyebileceğimiz üzere, bu anormallikler empati devresi içerisindeki beyin bölgelerinde oluşurlar (ventromedial prefrontal korteks (vMPFC), orta singulat korteks (MCC) ve diğer bölgelerin yanı sıra temporal lob[112, 113]). Ayrıca beyin

görüntüleme, B-Tipindeki empati devresinde anormallikler, özellikle orbital frontal kortekste (OFC/vMPFC) ve temporal kortekste olmak üzere bütün kısımlarında düşük seviyede bir faaliyet olduğunu açığa çıkarmıştır. B-Tipi kişi "terk edilme" üzerine bir yazı okurken, amigdala, vMPFC ve MCC, inferior frontal girus (IFG) ve superior temporal sulkus (STS) gibi beyindeki empati bölgelerinde daha az faaliyet gözlemlenmektedir. Diğer çalışmalarda ise duygusal kaçınmalar sırasında beynin iki tarafındaki amigdala faaliyetinde de artış olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanlar duygu yüklü yüzlere bakarken sol amigdalalarında faaliyet artışı göstermişlerdir.[114-121] Son olarak, yakın zamanda yapılan bir çalışmada, B-Tipi bireylerin "güven" oyunu oynarlarken diğer bireylerle işbirliği yapmak için ihlal edilmiş girişimleri sürdürebilme ya da onarabilme belirtisi göstermedikleri bulunmuştur. Normal bireylerde etkin olan işbirliği yapma ve güven verici mimiklerle (anterior unsula) ilişkili sinir göstergeleri B-Tipi bireylerde tamamen eksiktir.[122]

Yeni bir yaklaşım, çocukken istismar edilmiş insanları izlemeye almak ve beyinlerini taramak olmuştur. Yenidir, çünkü geçmişe değil, ileriye yöneliktir: Duygusal hasar çocukluk sırasında alınmıştır ve artık bilimsel soru, "Beyinlerine ne olur?" sorusudur. Hepsi değil ama kayda değer bir kısmı B-Tipi olacaktır. Yine böyle insanların empati devrelerinde, daha küçük bir amigdalaya sahip olmak gibi anormallikler vardır. Bu, daha sonradan sol medial temporal kortekslerinde, tacize uğramamış kadınlara kıyasla daha az gri madde olduğu görülen cinsel tacize uğramış kadınlar için de geçerlidir. Bir travma tecrübe etmiş ve devamında travma sonrası stres bozukluğu (PTSD) geliştirmiş insanlarda da daha küçük bir hipokampal hacim olduğu bulunmuştur.[123-129] Tüm bu bulguların tek yorumu, istismar ve ihmalden kaynaklanan erken dönem negatif deneyimlerin, beynin nasıl bir hale geleceği-

ni etkiledikleridir. Ama buradaki kilit noktası, sınırda kişilik bozukluğuna sahip olanlarda empatinin sıfır derecesinin, beynin empati devresindeki anormalliklerden kaynaklanıyor olduğudur.

P-TİPİ SIFIR-NEGATİF

Empatinin sıfır derecesinin bir başka biçimi, psikopattır (veya P-Tipi). Bir psikopatla tanıştığımızda aynı B-Tipindeki gibi, zihnini tamamen kendisiyle meşgul eden bir kişi görürüz. Fakat bu sefer, arzularını tatmin etmek için *ne gerekirse* yapma hevesi vardır. Bu, onlara bir engel teşkil eden en ufak bir şeye karşı verilen ve çok kolayca tetiklenen şiddet dolu bir tepki veya soğuk, hesaplanmış bir zulüm şeklini alabilir. Bazen düşüncesizce yapılan saldırganlığı, algılanmış olan bir tehdit değil, egemen olma ve istediğini elde etme ihtiyacı, başka bir kişinin duygularından tamamen kopmuş olma durumu ve bir ihtimal de birisinin acı çektiğini görmekten zevk almak tetikler. (Almanların bunun için bir sözcükleri vardır: *shadenfreude.*[xxv])

Sanırım bunun, P-Tipini bazı insanların "kötü" dediği şey olarak kavramsallaştırma eğilimi olduğunu anlayacaksınız ama bu kitapta geri dönüp durduğumuz sorular; bunun, empatinin sıfır derecesinin bir sonucu olup olmadığı ve dolayısıyla empati devresinin gelişmemesinin ve normal çalışmamasının bir sonucu olup olmadığı sorularıdır. Ama önce gerçek bir psikopat vakasına göz atalım.

Paul: P-Tipi

Paul (kimliğini korumak için gerçek adını kullanmıyorum) yirmi sekiz yaşında bir cinayet suçlusu. Yoğun güvenlikli bir hapishanede kalıyor. Avukatı onunla tanı koymaya yönelik bir görüşme yapmamı istedi ama şiddete olan yatkınlığı yü-

zünden kliniğimize gelmesi tehlikeli olacağından, hapishanede onu görmeye ben gittim. Bana hapishaneyi nasıl boyladığını anlattı. Bıçaklamış olduğu adam barın öteki ucundan bakarak onu kışkırtmış, bu yüzden suçlu olmadığında ısrar etti. Paul adama doğru gitmiş, "Ne diye bana bakıyordun?" diye sormuş. Doğru olduğunu varsayıyorum, adam şöyle cevap vermiş: "Sana bakmıyordum. Sadece etrafa bakıyordum." Paul adamın cevabına sinirlenmiş, saygısızlık yaptığına inanmış ve bir derse ihtiyacı olduğunu düşünmüş. Eline bir bira şişesi almış, şişeyi masada kırarak adamın suratına saplamış.

Tıpkı benim gibi, duruşmasındaki dava vekili de Paul'un apaçık bir şekilde yaptığından pişmanlık duymamasına ve kendini haklı görerek suçu kabullenmemesine çok şaşırmıştı. Sorgulamam sırasında ahlaki vicdanın bazı belirtilerini bulmak için daha derinlere indim. Paul sadece kendini savunduğu konusunda son derece kararlıydı.

"Beni toplum içinde küçük düşürdü. Ona ezik olmadığımı göstermem gerekiyordu."

"Yanlış bir şey yaptığına inanıyor musun?" diye sordum.

Paul, "İnsanlar hayatım boyunca bana bok gibi davrandılar. Artık kimsenin bana böyle davranmasına katlanmayacağım. Eğer birisi bana saygısızlık yaparsa, hak ettiğini alacak," diye yanıtladı.

Daha da derine indim: "Öldüğü için üzgün müsün?" Nefesimi tutarak Paul'un cevabını duymayı bekledim. Sesinde öfkeyle cevap verdi:

"Okuldaki çocuklar bana kabadayılık ettiklerinde üzgün müydüler? Patronum beni kovduğunda üzgün müydü? Komşum kasti olarak arabama çarptığında üzgün müydü? Ve sen bana, o şerefsiz öldüğü için üzgün olup olmadığımı soruyorsun? Tabii ki de üzgün değilim. Başına geleni hak etti. Hiç kimse bana kötü davrandığı için üzgünlük duymadı. Ben neden onu sikleyeyim ki?"

Bu Paul'un işlediği ilk suç değildi. On altı yaşında okulu bıraktıktan sonra mağaza hırsızlığı, uyuşturucu satıcılığı, tecavüz ve gasp gibi suçlardan altı kez hapishaneye düşmüş. Okulu vasıfsız olarak bırakmış ve suç içeren davranış kariyeri on üç yaşında okulun spor salonunu ateşe verip yangını izlemek için alanın öte tarafındaki bir ağaca çıktığında başlamış. Okuldan atılmış ve ondan sonra, oyun alanında kavga çıkarma, sessiz olmasını isteyen bir öğretmene saldırma ve hatta onu futbol takımına almadıklarında birisinin kafasına vurma sonucu, her seferinde saldırganlık yüzünden atıldığı üç okula daha gitmiş.

Daha çok küçükken tehlike işaretleri ortadaymış. Sekiz yaşındayken kedisine işkence yapıyormuş, arka bacağına bir tuğla bağlamayı ve kediyi yürümeye çalışırken filme çekmeyi eğlenceli buluyormuş. Annesinin hatırlayabildiği kadarıyla, Paul hem küçük (yapmadığı halde ödevini yaptığını söylemek gibi) hem de büyük şeylerle ilgili (gitmediği halde okula gittiğini söylemek gibi) yalan söylermiş. Okuldan kaçmak, ebeveynine söylemeksizin veya izinlerini almaksızın daha on iki yaşındayken tüm gece boyunca evden dışarıda kalmasının ilk işaretiymiş.

Paul'den Bir Adım Uzaklaşarak Düşünmek

Paul şüphesiz yakınlarında bir yerde yaşamak isteyeceğiniz türden biri değil. Pek çoğu onu "kötü" olarak tanımlamakta tereddüt etmeyecektir. O bir psikopattır; yine de ona düzgün tanısal etiketini vermek için onda Antisosyal Kişilik Bozukluğu olduğunu söylememiz gerekir (bu tanının semptomlarının listesi için Ek-2'ye bakınız). Bu tanıyı, "başkalarını hiçe sayma ve onların haklarını ihlal etmeye yönelik, çocuklukta veya ergenlikte başlayıp yetişkinlikte devam eden ve her yöne nüfuz eden bir model" olduğu için hak ediyor.[131] Antisosyal Kişilik Bozukluğu tanısı, eğer kişi on sekiz yaşının üstündeyse ve on-

dan önce, çocukluğunda Davranım Bozukluğu denilen farklı bir tanı konmuşsa konuluyor. Bu olayda, Paul'a da bu tanı açıkça konulmuştu. Davranım bozukluğu vakalarının hepsi olmasa da birçoğu antisosyal kişilik bozukluğuna dönüşüyor (en azından %40'ı).

Toplam nüfus içerisinde erkeklerin %3'ünde (kadınların sadece %1'inde) antisosyal kişilik bozukluğu vardır. Hapishane örneklerinde oranlar –beklenildiği üzere– çok daha yüksektir: Tüm erkek mahkûmların yaklaşık yarısı ile kadın mahkûmların çeyreği bu tanıyı gerekli kılar.[132] Ayrıca, antisosyal kişilik bozukluğu bulunan insanların bazıları –Paul gibi– psikopattır.

Psikopatlar

Paul'un durumunun tam ismi Psikopatik Kişilik Bozukluğu ya da benim P-Tipi Sıfır-Negatif dediğimdir. Hapishane örneklerinin yaklaşık %15'i ve toplam nüfustaki erkeklerin yalnızca %1'inden azı psikopattır.[133] Psikopat kavramının izleri Hervey Cleckley'nin[xxvi] 1941 yılında yayımladığı *The Mask of Sanity* isimli kitabına kadar gider.[134] Cleckley, ikna edici bir şekilde normalmiş gibi hareket eden bir psikopatın nasıl tanınabileceğiyle ilgileniyordu. Psikopatların şu özellikleri gösterdiğini ileri sürmüştü:

- Yüzeysel cazibe
- Anksiyete ya da suçluluk duygusu noksanlığı
- Güvenilmezlik ve sahtekârlık
- Benmerkezcilik
- Uzun süreli samimi ilişkiler kurmakta zorlanma
- Cezadan ders çıkaramama
- Duygu eksikliği
- Davranışlarının etkilerini kavrama noksanlığı
- Önceden plan yapmayı becerememe

Bunlardan ikincisine biraz daha yakından bakalım: *anksiyete ya da suçluluk duygusu noksanlığı.* Benim açımdan, bu iki duygu P-Tiplerine çok farklı şekillerde bağlıdır. Belli ki, suçluluk duygusu noksanlığı çeken bir kişi, bırakın başka biri nasıl hissedebilir diye endişelenmeyi, kendisi dahi sonradan nasıl hisseder diye düşünmeden kötü şeyler yapmaya muktedirdir. Empati sahibiyseniz suçluluk duygusu hissedebilirsiniz ama empati noksanlığınız varsa, hissedemezsiniz. Bu size suçluluk duygusunun ve empatinin bir ve aynı şey olduklarını düşündürtebilir ki bu doğru değildir; bir kişi empati hissetmeksizin (örneğin, kırmızı ışıkta geçti diye) suçluluk duygusu duyabilir. O halde empati suçluluk duygusunu doğurabilir, ama suçluluk duygusu empatinin kanıtı değildir. Anksiyete noksanlığı olan biri cezalandırılma korkusu olmaksızın kötü şeyler yapmaya muktedir olacağından, endişe ve psikopatik davranış arasındaki ilişki de önemlidir. Ama kendi başına endişe, empatinin bir parçası değildir. Yalnızca birinin başka birini neden incitemeyeceğine dair mantıklı bir açıklama sağlar.

Yukarıdaki listede yer alan özelliklerin birkaçının aynı zamanda bir empati noksanlığının merkezinde yer aldığına dikkat edin: Davranışlarının etkilerini kavrama noksanlığı ve *benmerkezcilik.* Bölüm 2'de ele aldığımız üzere, zayıf empatinin özünde olan, muhtemelen kavrayış noksanlığı ile eşanlamlı olan öz-farkındalık noksanlığıdır. Psikiyatristler "kavrayış" terimine pek düşkündür ve burada bu kavramların kayda değer bir örtüşmesini görüyoruz. Örnek olarak başka birini istemeden inciten bir kişiyi ele alalım (belki yanlış bir şey söyleyerek). Burada, kavrayış noksanlığı empati noksanlığının bir kısmı ve parçasıdır. Empatik olmayan bir edimi affetmeye ne kadar istekli olduğumuz açısından, eğer birini fark etmeksizin incitiyorsak bu, bilerek incitmeye göre daha az kötüdür, kararına varılabilir. Birini bilerek incitmeye ba-

zen "önceden tasarlanmış" da denir. Cleckley'nin tanımından yola çıkarsak, bir psikopat empatik olmayan edimlerin ikisine de muktedir olabilir. Herhangi bir suçluluk duygusunun noksanlığı, birisinin gerçekten de incineceğini bilerek o kişinin incitilebileceği anlamına gelebilir fakat davranışlarının etkisini anlamaya yönelik herhangi bir kavrama noksanlığı, birinin farkına varmaksızın incitilebileceği anlamına gelir.

İlginç olan şu ki Cleckley'nin psikopat tanımı, psikopatların ceza-adalet sisteminin dikkatinden nasıl da kaçabileceklerini ve toplum içerisinde çok sayıda bulunabileceklerini ima ederek, fiziksel saldırganlıktan veya kanunları çiğnemekten bahsetmiyor. Psikopatlar bir işyerindeki "takım elbiseli yılanlar"* olabilirler.[135] Bu ifade bir miktar kalıplaşmış olsa da, P-Tipinin gizlenmiş olabileceği fikrini aktarabilmenin daha iyi bir yolunu bilmiyorum. Şüphesiz bazı psikopatlar insanlara fiziksel saldırı yoluyla zarar veriyorlar ama Cleckley'nin formülasyonundaki yenilik, bu kavramı daha kurnaz, görünmez şekillerde saldırgan olanlara kadar genişletmesidir. P-Tipi'nin daha ılımlı bir şekli bazen "Makyavelci" diye adlandırılan ya da Richard Christie ve Florence Geis'in "yüksek *Mach*lar" dediği kişilik tipidir: diğerlerini kendi reklamını yapmak ya da terfi etmek için kullanan bireyler. İstediklerini elde etmek için yalan söylerler.[136]

B-Tipi olma yolundaki büyük bir risk faktörünün çocukken ebeveynler tarafından kabul edilmeme deneyimi olduğunu görmüştük. Bu konu üzerinde biraz daha durmak istiyorum, çünkü annenizin (ya da babanızın) size nasıl davranmış olduğunun hem sağlıklı bir empatinin gelişimi için hem de P-Tipi Sıfır-Negatif olma riski için çok fazla önem taşıdığı ettiği ortaya çıkmıştır. Ebeveynler tarafından kabul edilmeme,

---

* Yazar burada, Türkçeye *Takım Elbiseli Psikopatlar* ismiyle çevrilmiş olan Paul Babiak ve Robert D. Hare'in *Snakes in Suits* kitabına gönderme yapıyor. (çev.)

bir çocuğun büyüdüğünde şiddet yanlısı ya da psikopat olmasına yol açabilir. Bu, tek sebep olmasa da önemli bir sebep olabilir. Ebeveynler tarafından kabul edilmemenin bir çocuğun yetişkinlikte neden saldırganlık geliştirdiğiyle bağlantılı olabildiğinin bir sebebi, çocuğun kendi içinde –duygusal olarak– ebeveynler tarafından reddedilmiş olmaya karşı epeyce *öfkelenmesi* ve yüksek seviyelerde nefret geliştirmesidir. Bu tarz aşırı, negatif duyguları düzene sokmak zordur. Çocuğun öfkesini bir yerde dışa vurması gerekir ve bir çocuk olarak bunu kendisini kabul etmeyen ebeveyne karşı açığa vuramamışsa, öfke tam da ergenlikte ya da yetişkinlikte dışa vurulmak üzere bekleyerek, düdüklü bir tenceredeki buhar gibi güçlenebilir. Sonuç, patlayıcı şiddet olabilir.

Ebeveynler tarafından kabul edilmeme üzerine Londra'daki Tavistock Kliniği'nden bir psikanalist ve çocuk psikiyatristi olan John Bowlby tarafından yapılmış, herkesçe bilinen bir araştırma vardır. Bowlby, ebeveynler tarafından kabul edilmemenin (negatif tarafta) ve ebeveynler tarafından gösterilen şefkatin sonuçlarını (pozitif tarafta) araştırarak kayda değer Bağlanma Kuramı'nı geliştirmişti. Kayda değer dememin sebebi, teorinin pek çok kez ispatlanmış ve sosyal olarak son derece önemli tahminlerde bulunmuş olmasıdır.

Bowlby'ye göre bebek, bakımını üstlenen kişiyi oradan hareketle dünyayı keşfedeceği "güvenli bir üs" olarak kullanır ve ebeveyninden uzaklaştığı zaman, ona "duygu ikmali" yapmak üzere geri dönebileceğini de hisseder. (Böyle olmak zorunda olmasa da bakımı üstlenen kişi sıklıkla çocuğun biyolojik annesi ya da babasıdır.) Methiye, güvence ve bir emniyet hissi vermek kaydıyla bakımı üstlenen kişinin şefkati, çocuğun anksiyetesinin üstesinden gelmesine, özgüven geliştirmesine ve ilişkinin güvenliğine inanmasına yardım eder.

Bowlby'nin kuramı üzerine açımlamam şudur: Bakımı üstlenen kişinin çocuğuna o ilk kritik yıllarda verdiği şey *içsel*

bir mükâfat gibidir. Buradaki –Freud'un anlayışına dayanan– fikir, bir ebeveynin çocuğunu pozitif duygularla doldurma yoluyla ona verebileceği şeyin, herhangi maddi şeyden daha kıymetli olan bir hediye olduğudur. Bu içsel mükâfat çocuğun, parasız kalmış bir sığınmacı ya da başka zorluklar tarafından kuşatılmış biri dahi olsa, tüm yaşamı boyunca içinde taşıyabileceği bir şeydir. Bu içsel mükâfat bireye zorluklarla başa çıkma gücünü, aksiliklerden sonra kendisini toparlama becerisini ve diğer ilişkilerde şefkat gösterme ve başkalarıyla yakınlık kurmaktan zevk alma yeteneğini veren şeydir. Bu, Londra'dan çocuk psikiyatristi Michael Rutter'ın "toparlanma"* diye bahsettiği şeyle örtüşür.[137]

Psikopatlara (ve diğer antisosyal kişilik bozuklukları tiplerine) geri dönüp geçmişe doğru iz sürecek olursanız, bu çeşit bireylerde Bowlby'nin "emniyetsiz bağlanma" dediği şeyin tipik olarak daha yüksek seviyerle olduğu görülecektir.[xxvii, 138, 139] Bu doğrultuda Bowlby'nin 1944 yılında yayımlanmış olan *Forty-Four Juvenile Thieves, Their Characters and Home Lives* (Kırk dört Çocuk Hırsız, Karakterleri ve Ev Yaşamları) isimli özgün çalışması, çocuk suçlarına yönelmiş itinalı bir bakıştı. Bu, kuramının itici gücüydü. Bu çalışmada önemli bulduğum şey, bir bebekle bakımını üstlenen kişi arasındaki erken dönem bağlanmanın güvencesinin sadece bir bireyin yetişkinliğinde duygusal olarak ne kadar uyumlu olacağını değil, aynı zamanda onun ahlaki gelişimini de önceden bildirmesidir. (Empatinin yokluğunda dahi güçlü ahlaki prensipler geliştirmek mümkün olduğundan, ahlaki gelişim ve empati aynı şey değildir. Buna daha sonra tekrar döneceğiz.)

Bowlby'nin kırk dört hırsızı –kendi ürpertici sözleriyle– "şefkatsiz birer psikopattı". Çocukların evlerine ve enstitülere girip çıkarak, yüzlerce olmasa da düzinelerce yetişkinle

* *[Resilience:]* Bireyin, normalde ruh sağlığı üzerinde ciddi olumsuz etkiler yaratabilen stres koşullarından kurtulma yetisi. (ed.)

yüzeysel ilişkiler kurarak, sığ ilişkiler sergilediler. Bowlby'ye göre, bir ya da az sayıdaki bakımı üstlenen kişi ile kurulan derin, güven dolu ilişki hayati öneme sahiptir. Bu tarz güvenli ilişkiler hem sosyal gelişimi (okulda popülerlik, iyi sosyal yetenekler, sırayla konuşma, paylaşım) hem de dil gelişimini (daha iyi iletişim) destekler. Bundan da öte, güvenli bağlı bebekler sonradan daha iyi bir empati ve "zihin teorisi" de geliştirirler (başkalarının düşüncelerini doğru olarak çıkarsayabilmek). Güvensiz bağlı olanlar, antisosyal davranışları da içeren çok yüksek oranlarda sosyal zorluklar yaşarlar ve sonradan, yetişkinlik döneminde daha yüksek bir boşanma riskine de sahip olabilirler.

Bowlby psikolojiyi Cambridge'de, benim üniversitemde (Trinity Üniversitesi) tıbbın bir bölümü olarak okudu. Daha sonra Harry Harlow'un, anne yoksunluğunun etkilerini görmek için anneleri olmadan yetiştirilen maymunlar üzerine yaptığı ufuk açıcı çalışmasını genişleten etolog Robert Hinde ile yakın ilişkiler geliştirdi. Hayvanlardan yola çıkarak geliştirilen bu model –etik olarak sorgulanabilir olmakla beraber–[xxviii] bize, (ister insan olsunlar, isterse maymun) sosyal primatlarda sıkıntılı bir bağlanma ilişkisinin, sadece başka bir maymunun dostane yaklaşımlarının hatalı bir şekilde saldırganmış gibi yorumlanmasına ve saldırganlığı geliştirme ihtimalini artırdığına dair değil, çocuğun da bir ebeveyn olduğunda haşin ve kötü eğilimli olması ihtimalini artırdığına dair de çok şey öğretmiştir.[140]

Şimdi Bowlby'nin Bağlanma Kuramı'nı neden kayda değer olarak tanımladığımı anlayabilirsiniz. Bu teori, kuşaklararası etkileri öngörür. Güvenli bir şekilde bağlanmış bebeklerin büyüdüklerinde akademik olarak daha başarılı olmaları bakımından, sosyal gelişimin kısıtlı sahasının dışındaki etkileri de hayret verici şekilde öngörür. Bunun sebebi belki de "içsel mükâfatın" çocuğa, öğrenmenin yeni alanlarını keşfe-

decek cesarete sahip olacağı ve başarısızlık karşısında sebat edeceği özgüven ve özsaygı hissiyatını vermesidir. Bunun sebebi, güvenli bağlanmanın çocuğu hem kendisinin hem de başkasının zihnini iyi okuyan, daha iyi bir zihin okuyucu haline getiriyor olabilmesi, böylece çocuğun bildiği ve bilmediği şeyler üzerine kafa yorabilmesi ve bu yüzden de nasıl öğreneceğini öğrenebilmesi de olabilir. Saygın *Kırk Dört Çocuk Hırsız* çalışmasını takiben 1951'de Bowlby, Dünya Sağlık Örgütü tarafından bu tarz ortamları daha çocuk-dostu ve ebeveyn-dostu bir hale dönüştürerek hem okullarda hem de hastanelerde küçük çocuklara gösterdiğimiz özenin biçimini değiştirmiş olan *Maternal Care and Mental Health* (Anaç Bakım ve Zihin Sağlığı) isimli bir rapor yazmak üzere görevlendirilmişti.[xxix] Başka hangi psikolojik kuramın bu kadar geniş kapsamlı bir etkisi olmuştur?[141]

Güvensiz bağlanmanın bir tayf üzerinde olduğu açıktır ve bir psikopatın gelişimiyle alakalı olarak en keskin uçtakiler, tutarsız ebeveyn disiplini, ebeveyn alkolizmi, gözetim noksanlığı, fiziksel, cinsel ya da duygusal istismar veya büsbütün terk etme gibi çocukluktaki ayrışmalara uygun düşebilen negatif deneyimlerdir.[142] Öne sürülen iddia –"içsel mükâfat"tan yola çıkarak– bu daha fazla aşırı biçimdeki güvensiz bağlanmanın Sıfır-Negatif olma olasılığını artırdığıdır.[143]

Eski dostum Peter Fonagy Londra Üniversitesi'nde psikanaliz profesörü ve Londra Hampstead'deki Anna Freud Merkezi'nin müdürüdür. Psikanalizden ilginç fikirleri alan ve bunları ampirik olarak test etmeye çalışan nadir bilim insanlarından biridir. Bağlanma ilişkisi sürecinde bebeğin, bakımını üstlenen kişinin zihnini "zihinselleştirmeye" (mentalize etmeye) çalıştığını iddia eder. Çocuğun ebeveynleriyle olan ilişkisi diğer insanları öğrendiği potadır. Çocuk, yalnızca annesinin insanlar ve cisimler hakkında ne düşündüğünü ya da hissettiğini değil, daha da önemlisi *kendisi* hakkında ne dü-

şündüğünü ya da hissettiğini tasavvur eder. Peter, ancak başkalarının duygu ve düşüncelerini tasavvur etmek güvenliyse, empati gelişiminin düzgün ilerlediğini iddia eder.

Ama eğer zihinselleştirdiğinizde, annenizin sizden nefret ettiğini ya da var olmamanızı istediğini tasavvur ediyorsanız bu, empatinin gelişimini rayından çıkarabilir. Bu, kesinlikle ilginç bir iddiadır ve ebeveyn davranışlarının çocuğun empatisine katkıda bulunduğu fikrine uyan bazı kanıtlar mevcuttur. Örneğin, otoriter metotlar ve cezalar kullanan ebeveynlere kıyasla çocuklarını eylemlerinin sonuçları hakkında konuşarak disipline eden ebeveynler daha iyi bir ahlaki gelişime sahip çocuklar yetiştiriyorlar.[144] Ayrıca fiziksel cezalandırma uygulayanlara kıyasla, çocuklarını sosyalleştirmek için empatiyi kullanan ebeveynler, suç işleme ihtimali daha düşük çocuklar yetiştiriyorlar.

Psikopatik Zihin

Erken dönem aile ortamından hareketle, bir psikopatın zihninde neler olup bittiğini anlamak üzere biraz daha derinlemesine araştırma yapabiliriz. Empati anketi kriterlerine göre, psikopatların diğer insanlardan daha düşük puan aldıkları gerçeği bir sürpriz olmayacaktır. Örneğin bu, Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'nde (IRI) görülebilir.[145] Yine de sıklıkla gerçek doğalarını saklamak için yalan söylediklerinden psikopatlarda özbildirimin güvenilmez olduğu herkesçe bilinir. Bunu önlemek için, araştırmacılar psikolojik otonom uyarılma kriterlerine başvurmuşlardır: Duygusal bir materyal duyduğunuzda ya da gördüğünüzde nasıl kışkırtılırsınız?[146, 147] Genellikle ölçülen galvanik deri tepkisidir (GSR); duygu yüklü bir materyal gösterildiğinde ellerinizin ayası ne kadar terler. Bu, psikopatların acı içindeki bireylerin resimlerine bakarken kısıtlı bir otonom yanıt verebilirliğe (daha az uyarılmışlardır) sahip olduklarını açığa çıkarmıştır.

Psikopatlar korku dolu duygusal ifadeleri adlandırmakta da daha kötüdürler.[148, 149] Bu, P-Tipi olan insanların empatinin iki büyük bileşeni ile zorluk yaşadıkları izlenimini uyandırır (farkına varma ve karşılık verme). Psikopatların duygusal materyali normal yolla işlemediklerinin bir diğer işareti, birçok insan kendilerine duygusal bir sözcük gösterildiğinde "Bu bir sözcük mü?" sorusunu daha hızlı değerlendirirken (nötr sözcükleri değerlendirmelerindeki hızlarına bağlı olarak), psikopatların duygusal ve nötr sözcükler arasında ayrım yapamıyor olmalarıdır. Duygusal materyal tarafından nasıl uyarıldığınızı ölçmenin bir metodu olaya ilişkin potansiyelleri (ERP) kullanmaktır. Bunlar, kafa derinize elektrotlar yerleştirme vasıtasıyla ölçülen beyindeki elektriksel etkinliği gösterirler. Psikopatlar, duygusal sözcüklere karşılık olarak beynin merkezi ve parietal (yan) bölgelerindeki beyin faaliyetlerinde beklenen artışı göstermezler.[150, 151] Paul'de görmüş olduğumuz gibi, saldırgan kişilerdeki bir diğer farklılık, belirsiz durumları sanki öteki kişinin düşmanca bir niyeti varmış gibi yorumlamaya olan eğilimleridir. Bu, bazısı sonradan psikopata dönüşen ve empatinin bilişsel yönünün doğru olarak çalışmamasının net bir örneği olan, "atıf yanlılığı"[152] olarak anılan davranım bozukluğuna sahip çocuklarda bulunmuştur.

Psikopatik zihinle ilgili bir kanı da, onun basitçe *ahlaksız* olduğudur. Klasik ahlak testi Kohlberg tarafından geliştirilmiştir: Bir hikâye okumanız ve hikâyenin karakterinin ahlakını değerlendirmeniz istenir. Meşhur örnek, eczacı ilacı 2000 dolardan daha aşağı satmayı reddettiği için (her ne kadar ilacı yapmak eczacıya sadece 200 dolara mâl olmuş olsa da) kanser olan karısına bir kanser ilacı çalmak üzere eczaneye giren bir kocanın hikâyesidir. Size kocanın haklı mı yoksa haksız mı olduğu sorulur. Böyle ahlaki ikilemlerde akıl yürütme kabiliyetiniz ne kadar karmaşıksa, ahlaki muhakemenizin de o ka-

dar gelişmiş olduğuna hükmedilir. Bir argümanın iki tarafını veya bağlamın bir edimin doğruluğunu ya da yanlışlığını değiştirebildiğini görebiliyorsanız bu, sizin kurallar temelinde akıl yürüten birine göre daha derin bir zihniniz olduğunun işareti olarak alınır. Beklenebileceğinin aksine, psikopatlar böyle testlerde illa ki düşük puan almazlar.[153] Bunun sebebi, psikopatların burada bir şey söylerken günlük hayatlarında bambaşka bir şey yapabilmeleri olabilir.

Kohlberg'in ahlaki muhakemeyi ölçme metodu yegâne yaklaşım değildir. Elliot Turiel'in ahlaki muhakeme testlerinde hikâyeler sadece ahlaki ihlalleri –insan haklarını ihlal eden edimleri (örneğin, bir insanı incitme)– değil, aynı zamanda geleneksel ihlalleri de tasvir ederler (örneğin, bir kütüphanede konuşmak). Sizden bir eylemin ne kadar kötü olduğunu ve onu yasaklayan bir kural olmuş olmasaydı hâlâ yanlış olur muydu, diye değerlendirmeniz istenir. Dört yaşına gelmiş olan çocukların çoğu bu iki tip ihlal arasındaki farkı söyleyebilir ve geleneksel ihlaller için konmuş kuralları değiştirebileceğinizi ve böylece o ihlalin artık ihlal olmayacağını (özel olarak *bu* kütüphanede konuşmanın serbest olduğunu ilan edebilirsiniz), ama ahlaki bir ihlalle ilgili kuralı değiştirdiğinizde (artık başkalarını incitmenin yasal olduğunu ilan ederek) bunun o eylemi daha önceye kıyasla daha az kötü yapmayacağını fark ederler.[154] Psikopatlar, tıpkı antisosyal davranışlara sahip çocuklar gibi bu tarz ayrımlarda sorun yaşarlar.[148, 155]

O halde bu bize, başkalarının sıkıntılarına normal yollarla duygusal tepkiler göstermemenin yanı sıra, psikopatların ahlaki gelişimlerinde de körelmiş olduklarını söyler. Ama bunun sebebi sadece psikopatların daha az zeki olmaları mıdır? Düşük IQ, düşük sosyo-ekonomik durum (SES) ve antisosyal davranış arasında belirgin bir bağlantı vardır. Düşük IQ ve düşük SES arasındaki bağlantının sebebi daha fakir semtlerde daha kötü bir eğitim alma ihtimalinin daha büyük olması

olabilir. Ama neden düşük IQ ve düşük SES sizin antisosyal davranışlar geliştirme ihtimalinizi artırsın ki? Bunun bir sebebi, eğitimsel niteliklere veya bir işe sahip olunmadığında suç işlemenin geçimi sağlayabilmek için bir yol olabilmesidir. Ayrıca düşük IQ, yakalanmanın sonuçlarını tasavvur etmeyi güçleştirebilir. Ama zeki psikopatların olduğu gerçeği bize düşük zekânın psikopat olan herkesi açıklayamayacağını ve düşük IQ sahibi empatik bireylerin olması da empati ve IQ'nun birbirlerinden bağımsız olmaları gerektiğini gösterir.

Kendisiyle 1990'ların başlarında çalışma zevkine eriştiğim Jeffrey Gray, Londra Psikiyatri Enstitüsü'nde psikoloji profesörüydü. Septo-hipokampal beyin ağında bulunan ve bir hayvanın eylemlerinin duygusal sonuçlarını (ödül veya ceza) öğrenmesini sağlayan sistem olan Davranış Ketlemesi Sistemi (BIS) diye adlandırdığı bir kaygı modeli geliştirmişti. 1982'de öne sürdüğünde bu, oldukça cesur bir modeldi[156] ve Wisconsin-Madison Üniversitesi'nden Joseph Newman'ı psikopatların *normalin altında,* kaygılı insanların ise aşırı faal BIS'leri olduğunu iddia etmeye teşvik etti.[xxx] Newman'ın ilgi çekici düşüncesine göre, BIS'in hasar görmesinin bir hayvanın cezalandırılmasına neden olacak davranışları tekrar etmesine sebep olmasından dolayı psikopatların eylemlerinin sonuçlarını düşünmekle ilgili temel sorunları vardır.

Newman bunun psikopatlardaki çekirdek sorun olduğunu iddia eder; *cezadan korkmayı* öğrenmezler. Bu yüzden, onların başını belaya sokacak şeyleri yapıyor olmalarına şaşırmamak gerekir. Newman bunun, (aksi halde nötr olacak) hangi numaraların faydalı olduğunu, hangilerinin olmadığını öğrenmek zorunda olduğunuz görevlerde psikopatların neden hata yaptıklarını[157] ve bir eylem artık faydalı olmadığında ve cezaya sebep olduğunda bile niçin değişmeyi başaramadıklarını açıkladığını iddia eder. Örneğin, her bir kartın beraberinde ödül getirdiği bir deste oyun kâğıdı kendilerine

verildiğinde, psikopatik karaktere sahip çocuklar kartlar artık bir ödül getirmediğinde dahi oynamaya devam ederler.[158] Günümüzde, beyinde pek çok "korku patikaları" olduğunu ve amigdalanın korkuyu deneyimlemede kilit bir rol oynadığını biliyoruz. Joseph Newman'ın öne sürdüğü fikirlerdeki eksiklik, sadece anksiyetenin çocukların sosyalleşmeleri üzerindeki önemini vurgulamasıdır ama çoğu çocuk sadece cezalandırılma korkusu vasıtasıyla değil, aynı zamanda başkalarının nasıl hissettikleri (empati) üzerine yapılan konuşmalar vasıtasıyla da sosyalleşir.[159]

Yine de *psikopatların korkusuz oldukları* fikrini kavramak önemlidir. *Mask of Sanity*'de Hervey Cleckley, "İçinde, kaygı duymaktan olduğu kadar derin bir pişmanlık çekmekten de aciz gibi görünüyor," diye yazar.[160] Bu, "duyarsız alt grup" diye adlandırılanlar için doğru gibi görünüyor.[161] Davranışsal genetikçi David Lykken ise bunu, "koşullanma" deneyiyle Minnesota Üniversitesi'nde test etmiştir: Bir zil sesiyle eşleştirilmiş elektrik şoku. "Normal" bireylerde, zil sesi duyulduğunda (yani zil "koşullu uyarıcıya" dönüşmüştü) "elektrodermal korku" (terleme) ortaya çıkmıştır. Aksine, psikopatlar zil sesine yanıt olarak daha az elektrodermal korku sergilemişler, bu tehdide karşın "koşullu tepki" edinmemişlerdir. Ayrıca gürültülü bir ses duyduklarında ya da onlara doğru gelen bir şey gördüklerinde daha az irkilme refleksi (otomatik bir sıçrama) sergilemişlerdir.[147, 162-164] Bunların hepsi daha düşük bir seviyede cezalandırılma korkusu içeren çok özel bir öğrenme zorluğu çeşidini akla getirir.

P-Tiplerinin B-Tiplerine göre önemli farkları olduğu açıktır, ama Sıfır-Negatif olma çekirdek özelliğini paylaşırlar. Bu çekirdek, gelişimde paylaşılan son bir noktayı temsil eder. Empatinin sıfır derecesi onların başkalarına zalimce şeyler yapmalarıyla sonuçlanır. Beyinlerini incelemeye başladığımızda, aynı temel empati devresinin etkilendiğini görürüz.

Psikopatik Beyin

Bilim insanları empatinin sinirsel temelini ve yokluğunu anlayabilmeleri için psikopatları fMRI tarayıcısına sokmaya ikna edebilmişlerdir. Tam da tahmin edilebileceği gibi empati devresinde anormallikler görülmüştür, agresif insanlar daha az ventromedial prefrontal korteks (vMPFC) faaliyeti göstermiştir[165] ve kişi Gözden Geçirilmiş Psikopati Kontrol Listesi'nde (PCL-R)[xxxi] ne kadar yüksek puan alırsa, onun orbitofrontal korteks (OFC)/(vMPFC) ve temporal bölgelerinin o kadar az faaliyet gösterdiği ortaya çıkmıştır.[166] Bunlar doğrudan empati devresindedir. Dahası, bilim insanları vMPFC/OFC ve amigdala arasındaki bağlantıları detaylarıyla gösterdiklerinde, bu sistemin bütünlüğünün psikopatlarda kısıtlı olduğunu bulmuşlardır ve bu, Psikopati Kontrol Listesi'nde alınacak puan hakkında önceden bir tahmin sağlamaktadır.[167] Ortalama olarak erkekler antisosyal davranışlara daha meyillidir. İki cinsiyet arasındaki bu fark ağırlıklı olarak OFC boyutunda görülen cinsiyetler arası farkla açıklanmıştır. Erkeklerin kadınlara oranla daha ufak bir OFC hacimleri vardır ve artan düzeyde antisosyal davranış sergileyen erkekler daha bile küçük bir OFC'ye sahiptir.[168]

Frontal lobların eylemlerimiz üzerinde "yönetimsel" kontrol sağladığından ve cezalandırılmamıza sebep olacak şeyler yapmamızı engellediğinden, psikopatik beyin üzerine bir görüş de başlıca sorunun bu alanlarda olduğudur. Nöroanatomik olarak, birkaç açıdan bu görüş çok basit kaçar. Birincisi, frontal lob beynin en azından üçte birini kapladığından, bir açıklama olarak çok geniş kapsamlıdır. İkincisi, frontal lob kısımlara ayrılmış olabilir ve OFC/vMPFC'leri hasar görmüş (ama dorsolateral kısımları sağlam olan) hastaların saldırganlık seviyelerinde artış gözlemlenmiştir. Bu, anormalliğin frontal lobların tamamında değil, frontal loblarda yer alan empati devresinde meydana geldiğini gösterir. vMPFC'leri

hasar görmüş hastaların duygusal olarak üzüntü verici uyaranlar karşısında kalp ritimlerinin düşük olduğunu ve artık kazanmadıklarında (veya ödüllendirilmediklerinde) dahi, görevlerde riske girmeye devam ettiklerini anımsayın.[169, 170] Phineas Gage'in tüm OFC ve vMPFC'sinin hasar gördüğünü ve duyarsız, kaba, saygısız ve utanmaz davranışlar göstermeye başladığını hatırlayın. Bunların hepsi, utanma gibi duyguları kullanma güçlüğü ve kişinin kendi sosyal davranışlarını düzenleme kusuru belirtileridir.[29, 30, 171] OFC/vMPFC'leri hasar görmüş hastalar ahlaki değerlendirmelerinde değişiklik göstermektedirler. Örneğin, beş kişinin hayatını kurtarmak için bir kişinin öldürülmesi gibi bir işe kişisel olarak bulaşmış olmayı ahlaki olarak kabul edilebilir olarak değerlendirirler (birçok insanın kabul edilemez olarak varsayacağı bir yargı).[172] Sonuçta bu tarz hastaların ahlaki kararları bu şekilde değerlendirmelerinin sebebinin kendilerinin veya diğerlerinin *niyetlerine* daha az dikkat etmeleri olduğu anlaşılmıştır. Böylece bir kontrol grubuna kıyasla vMPFC lezyonlu hastalar, başka birisini incitmeye yönelik *teşebbüs edilmiş* edimlerin ahlaki olarak daha izin verilebilir oldukları hükmüne varmışlardır.[173] Böylece, daha önce gördüğümüz gibi, prefrontal korkteksin bu belirli bölümü hasar almış hastalar psikopatları anımsatmaktadırlar.

Bu sebeple, Damasio'nun (Bölüm 2'de karşılaştığımız) vMPFC somatik imleç kuramı, P-Tipini açıklayabilir. Her ne kadar bireyler "otonom" uyarılma olmaksızın, yine de klasik bir risk oyununda normal bir şekilde oynayabildikleri için bu kuramın etrafı tartışmalarla kuşatılmış olsa da, kuram akla çok yatkındır.[174, 175] Sebep, vMPFC/OFC'deki anormalliklerin agresif antisosyal davranışlara yol açması olabilir, ama bu bireylerin kendi "somatik" durumlarını okumakta sorunları olduğu için, sebep mutlaka bu olmayabilir. Bir diğer sorun, vMPFC'nin hasar görmesinin "tepkisel" saldırganlığa (çok

kolay tetiklenen öfke tepkisi) sebep olabiliyorken, genellikle "araçsal" saldırganlığa sebep olmamasıdır (soğuk, hesaplanmış, önceden planlanmış zulüm tipi). O halde bu, P-Tipi beynin bir modeli olarak, psikopatların ikisinde de bir artış göstermelerinden dolayı, davranışlarının kilit bir unsurunu ıskalamış oluyor. Üçüncü olarak, vMPFC'lerinde lezyon bulunan hastalar diğer duygusal uyarıcılara (çıplaklık içeren resimler gibi) daha az otonom uyarılma gösterirler, halbuki psikopatlar bu azalmayı sadece tehdit içeren ya da üzücü uyarıcılara karşı göstermeye meyillidirler. Bu, psikopatlarda görülen bu çok özel sıfır derece empati biçiminin yalnızca vMPFC ile alakalı bir sorun olmadığını akla getirir.

Adrian Raine ve çalışma arkadaşları ("akıl sağlığı yerinde olmadığı için suçsuz olduklarını" ileri süren) katillerin beyinlerini incelediler. Onlar da empati devresinde, vMPFC'de, amigdalada ve superior temporal lobda (STS) farklılıklar buldular.[176, 177] Farklı kişilik bozukluklarına sahip insanların karşılaştırıldığı yeni bir araştırmada, agresif insanların orbitofrontal korteksinde sınırlı faaliyet olduğu bulundu.[178]

Empati devresinin saldırganlıkla ilişkili olduğunun kanıtı, sinirbilimci Jean Decety ve Chicago Üniversitesi'ndeki çalışma arkadaşları tarafından yapılan, tamamı fiziksel kavgaya karışmış, davranım bozukluğuna sahip ergen çocuklar üzerinde yapılan kayda değer bir araştırmayla desteklenmiştir. Daha önce bahsettiğimiz gibi, bu çocukların bir kısmı büyüyünce P-Tipi olmaktadır. Bu çalışmada ergen çocuklar ya birisinin (örneğin, ellerine bir şeyin düştüğü) kazara yaralandığı ya da (örneğin, elinin ayakla ezildiği) kasten yaralandığı filmler izlediler. Başka bir kişiye kasti acı veren eziyetleri gösteren filmler esnasında agresif ergen çocuklar hem amigdalada hem de ödül devresinde (ventral striyatum) daha fazla etkinlik gösterdiler. Ödül devresinin aşırıduyarlılığı,[179] P-Tipi/antisosyal davranışlarda kilit bir öneme sahip olabilir.

Buradan başka birisinin acı çektiğini görmekten zevk alıyor oldukları çıkarımını yapabiliriz. Akla, daha önce bahsettiğimiz Almanca *schadenfreude* (başka birisinin acısından haz deneyimleme) sözcüğü geliyor. Bu araştırmadaki diğer bir fark, agresif ergen çocukların empati devresinin, normalde ahlaki yargılarda bulunurken niyetleri anlamak için kullanılan bir beyin bölgesi olan temporal parietal bağlantı (TPJ)[180, 182] veya anterior insula (AI) ve orta singulat korteks (MCC) (bunların "acı matrisinin" bir kısmı olduklarını anımsayın) gibi kısımlarının faaliyet göstermemiş olmasıdır. Washington'da, Ulusal Sağlık Enstitüsü'nde (NIH) çalışan James Blair, psikopatlarda amigdalanın normal çalışmadığını ikna edici bir şekilde öne sürmüştür. Bu iddia, psikopatların kaçınmalı koşullanma esnasında amigdalalarında daha az etkinlik olduğunu gösteren bir beyin görüntüleme çalışması tarafından iyice desteklenmektedir.[183] O halde P-Tipi beyninin, empati devresindeki anormalliklere dair birçok bulguyu gösterdiğini söyleyebiliriz.

Erken Dönem Stresin Empati Devresi Üzerindeki Etkileri

Bunlar beyindeki bütün bu değişimlerin nasıl meydana geldiği sorusunu akla getiriyor. Ortamın rolü göz önünde bulundurulursa, özellikle çocukluktaki ihmal ve istismarla beraber, erken dönem stres faktörünün hipokampusun ne kadar iyi işlediğini[184] ve tehdide yanıt veren sinir sistemlerinin ne kadar aktif olduklarını etkilediğinin kanıtları vardır. Stres ayrıca tehdide verdiğiniz hormonal yanıtı da etkileyebilir. Uzun süre strese maruz kalmak beyniniz için iyi değildir. Amigdala, beynin strese ya da tehdide yanıt veren bölgelerinden biridir.[185] Yanıt verdiği zaman, hipotalamusu hipofiz bezini tetiklemesi için tetikler ve hipofiz bezi de ACTH (adrenokortikotropik hormon) isimli bir hormon salgılar. Sonra bu hormon kan vasıtasıyla beyinden aşağıya, vardığı zaman

kortizol isimli başka bir hormonun salgılanmasını tetikleyeceği böbreküstü bezlerine taşınır.

Kortizola sıklıkla "stres hormonu" denir, çünkü bir hayvanın stres altında olduğunun iyi bir göstergesidir. Hipokampustaki kortizol için hayvanın stres tepkisini düzenlemesini sağlayan reseptörler vardır. Çok fazla stres hipokampusunuza fazla miktarda zarar verip, geri dönülemez bir şekilde küçülmesine sebep olabilir.[186, 187] Stres ayrıca amigdalanın bir kısmının, içirtdeki sinir hücrelerinin aşırı-tepkisel hale gelerek normalden daha fazla dallanmaya başladığı "arborizasyona"[xxxii] sebep olabilir.[188]

Bu, hem insanlarda hem de diğer hayvanlarda görülen, bizim daha önceden "tepkisel saldırganlık" dediğimiz şeye çok uygundur. "Savaş ya da kaç" özsavunma sisteminin bir parçasıdır. Ufak bir tehdit genellikle bir hayvanın, tehdide daha fazla yaklaşmasını önlemek ve bir sonraki hamle olarak ne yapacağını değerlendirmesine fırsat vermek için donup kalmasına sebep olur. Ayrıca saldırgan hareketinize duyarlı ise veya teslimiyetçi olduğunuza dair bir işaret arıyorsa, donup kalmak saldırılma riskini en aza indirir. Eğer tehdit biraz daha yakına yaklaşırsa, bu genelde "kaçış" davranışına sebep olur. Kaçmanın bir seçenek olmadığı daha büyük ve daha yakın bir tehdit genellikle bir hayvanın tepkisel saldırganlık göstermesine sebep olur.

Tepkisel saldırganlık gösterme sinyali hem amigdaladan (empati devresinin bu bölgesi korkuyu deneyimleme esnasında oldukça faal olduğundan) hem de, ya kendi kendini denetlemeyi ve engellemeyi olanaklı kılmak için frene basan ya da algılanan tehdide karşı bir saldırı başlatılması için freni bırakan frontal korteks bölgelerinden gelir. Dolayısıyla amigdalanız aşırı faal olduğu için (örneğin, depresyon ve anksiyete dönemleri boyunca[189] veya uzun süreli erken dönem stresten ya da genetik sebeplerden dolayı[190]) ve/veya prefrontal

korteksiniz normalin altında faal ise (tepkisel saldırganlığınızı engelleyemeyeceğiniz kadar), tepkisel saldırganlık aşırı olabilir.[191] Bir kez daha empati devresinin kilit bölgelerindeki anormalliklerin kısıtlı ve hatta sıfır derece empatiye neden olabileceklerini görüyoruz.

Bilişsel sinirbilimci James Blair, bir kişinin P-Tipi olmasına sebep olanın ne olabileceğine dair alternatif bir model ileri sürdü. Benim de erken dönem araştırmamı yaptığım Londra'daki Tıbbi Araştırma Konseyi Bilişsel Gelişim Birimi'nde çalışmıştı. Doktora çalışması sırasında genç James Blair, Broadmoor Hastanesi gibi en yüksek güvenlikli tesislerde tutulan psikopatlarla görüşmeye şevkle gitmişti. Şiddet Önleme Mekanizması (VIM) diye adlandırdığı bir model geliştirdi. Kulağa tanıdık geliyor mu? Bir türdeşin (aynı türün bir üyesinin) ıstırabını gördüğünüzde (ve bu diğer birçok hayvanda da geçerlidir), öteki kişinin/hayvanın ıstırabını azaltmak için otomatik bir tepki gösterdiğimizi öne sürer.

Blair şiddet önleme mekanizmasını, başkalarında her ne zaman üzgün ya da sıkıntılı yüz ifadeleri görsek veya bu duyguları her ne zaman seslerinden anlasak, otomatik olarak harekete geçen bir sistem olarak görür. Şiddet önleme mekanizması size "birinin üzgün" olduğunu söyler ve otonom uyarılmanın artmasına (kalbiniz daha hızlı atmaya başlıyor, daha çok terlemeye başlıyorsunuz) ve donup kalmanıza sebep olarak beyindeki tehdit sistemini harekete geçirir. Diğer bir deyişle, başkasının üzüntüsü karşısında yapmakta olduğunuz şeyi durdurursunuz. Muhtemelen bu, bir hayvanın başka bir hayvana şiddet uygulamasını engellemekte oldukça uyumsaldır. Her ne yapıyorsanız, durmanız için tüm yapmaları gereken haykırmak ya da acı içinde irkilmektir ve bu, acılarına sebep olabilecek her eyleminizi kapsar. Blair'a göre psikopatların normalin altında faal olan bir şiddet önleme mekanizmaları vardır.

Bunu destekleyecek bir bulgu, psikopatların başkalarının sıkıntılarına karşı kısıtlı otonom uyarılmaları olmasıdır.[146] Yine de şiddeti önleme mekanizması psikopatların kart oyunlarını artık kazandırmadıkları halde neden oynamaya devam ettiklerini gösteren sonuçlara kolayca açıklama getiremez çünkü bu oyunlarda büyük ihtimalle üzüntü belirtileri yoktur. Bu model, (Bowlby'nin gelişmiş güvenli bağlanma olduğunu iddia ettiği türden) sevgi dolu ebeveynliğin neden daha iyi bir sosyalleşmeye sebep olduğunu da kolaylıkla açıklayamaz, çünkü böyle çocukların yaşamlarında varsa da muhtemelen az miktarda üzüntü vardır.

Demek ki, P-Tiplerinin beyinlerinin empati devrelerinde anormallikler olduğuna dair bol miktarda bulgu mevcuttur. Bu, "kötü" terimini kullanmak yerine kısıtlı (ve hatta olmayan) empatiden bahsetmemiz gerektiğine dair argümana bir bulgu daha sunar. Ancak bu yolculukta hâlâ bana eşlik etmeye niyetliyseniz, henüz tanışmadığımız bir tane daha Sıfır-Negatif tipi vardır: N-Tipi (veya narsist).

JAMES: N-TİPİ SIFIR-NEGATİF

James altmış dört yaşında. Carol gibi, James de teşhis kliniğimize geldi. Dünyaya öfke duyuyor. Hayatı boyunca sadece iyi şeyler yaptığını ve diğerlerinin bunun karşılığını vermediğini düşünüyor. Sonuç olarak toplum tarafından kendisine kötü muamele edildiğini hissediyor.

"Her zaman başkalarına yardım ederek, aileme destek olarak, hasta arkadaşlarımı ve hastanede yatan akrabalarımı ziyaret ederek, diğer insanlara yardımcı olarak iyi bir hayat yaşamaya çalıştım. Tahmin edin ne oldu? İnsanlar boktan. Bana yardım etme zahmetine girmiyorlar. Ziyaretime gelmiyorlar, beni aramıyorlar, hatta benim geldiğimi gördüklerinde yollarını değiştiriyorlar. Her gün yalnız yemek yiyorum.

İnsanların bana davrandığı şekilde bir köpeğe davranmazdınız. Benim de herkes gibi arkadaşlık yapmaya hakkım var, o halde insanlar dostluk elini neden başkalarına uzatıyorlar da bana uzatmıyorlar?"

"Hakkım var," buradaki kilit sözcüklerdir. James başkalarına nasıl davrandığına bakmaksızın, kendisine iyi davranılmasına otomatik olarak hakkı varmış gibi hissediyor. James'le konuştuğunuzda, birkaç dakika geçtikten sonra sadece kendisi ve ailesi, kendi ihtiyaçları ve arzuları hakkında konuştuğu aşikâr hale geliyor. Anlattıklarına inanacak olursanız, James'in çocukları diğer herkesin çocuğundan daha kabiliyetli, kendisi diğer insanlardan üstün, diğer herkesten daha çekici ve zihnindeki sosyal statüsü diğerlerinin üstünde. Onun ve çocuklarının dışında sanki hiçbir şey ya da önemli hiç kimse yokmuş gibi. Onu dinleyen diğer insanların nasıl hissediyor olabileceklerine karşı kayıtsız. Onlar orada, onun ne kadar muazzam olduğunu dinleyen dinleyicileri olmak üzere bulunuyormuş gibi ve rolleri onunla hemfikir olup, ona hayran olmak. İnsanlar kendi kendilerine kibarca bir şeyler mırıldandıklarında o, bunu kendi benzersizliğinin tasdiki gibi algılıyor ve bir süre için memnun oluyor. Ama kısa süre sonra ruh hali düşüşe geçiyor ve canı sıkkın, negatif ve şikâyetçi haline geri dönüyor. Eğer James'e neden bu kadar negatif olduğunu sorarsanız, şöyle cevap veriyor:

"İnsanlar bana daha iyi davranmalılar. Eşim öldüğünden beri yalnız yaşıyorum. Kimse benim için yemek yapma, beni arama ve hatta kapımı çalma zahmetine girmiyor. Sanki bir çeşit sosyal cüzzamlıymışım gibi. Herkes bir çeşit hastalığım olduğunu düşünürdü."

James bir restorana gittiğinde, en iyi masayı istiyor. Doğrudan sıranın en önüne gidebileceğini varsayıyor ve yemeği çabucak gelmezse garsona kötü davranmaya başlıyor. Eğer hastaneye giderse kendisine diğer hastalardan önce bakıl-

masını isteyerek görevlilerin canını sıkıyor: "Eğer doktoru hemen görmezsem, bir şikâyet dilekçesi yazacağım!" Evdeki bir teçhizatın tamir edilmesi için bir teknisyeni aradığında hemen gelmesini istiyor. Sürekli olarak onu yeterince aramadıkları ve ziyaret etmedikleri için çocuklarının kötü olduğundan şikâyet ediyor. Bunu yaptıklarındaysa onlara, ona yakın bir ilgi göstermeyerek bencilce davrandıklarını söyleyerek sözlü olarak kötü davranıyor. Çocukları, ona ne kadar çok ilgi gösterirlerse göstersinler ve her ne yaparlarsa yapsınlar, ihtiyaçlarının bunların asla yeterli olmayacağı kadar büyük olduğunu biliyorlar. Saygın olduğunu hissettiğinde, örneğin uçakta birinci sınıf kısmına oturduğunda, kendini geçici olarak mutlu hissediyor. İnsanların ona yeterince ilgi göstermediklerini hissettiğinde, örneğin bir aile toplanmasında masanın en sonuna oturmuşsa, kendisine kötü davranılmış gibi hissediyor, sinirli ve eleştirel görünüyor. Davranışının yalnızca diğer insanları kendisinden daha da uzaklaştırdığına dair hiçbir fikri yok ve insanlar ondan uzak durduklarında o bunu, onların kötü insanlar olmasının, sorunun kendisindense onlarda olmasının bir tasdiki sayıyor.

Eğer yüksek bir mevkideki, ona faydası dokunabilecek insanlarla tanışırsa sevimliliğini etkinleştiriyor, eğlenceli ve komik oluyor, gelecekte onun işine nasıl yarayabileceklerine dair bilgi topluyor. Ama eğer biri ona ihtiyacı olan herhangi bir şeyi veremiyorsa, o kişi birdenbire önemsiz hale geliyor. "Benim için bir değeri yok," diyor. Onlardan alabildiği kadarını alıp artık işine yaramayacak duruma geldiklerinde onları gözden çıkarmanın, onun insanları utanmazca kullanma şeklini yansıttığının farkında değil. Kilise cemaatiyle buluştuğunda ve insanlar ona nasıl olduğunu sorduklarında, tenkitlerini açığa vuruyor: hiçbir şey düzgünce çalışmıyor, insanlar onu yüzüstü bırakıyor, hizmetler ortalamanın altında. Sert eleştirileri o kadar negatif ki, bazı insanları oradan

uzaklaşmak ister hale getiriyor. Başkalarının neyi kaba bulacağı hakkında bir fikri yok ve sıklıkla kırıcı yorumlar yapıyor. "Nasılsınız?" sorusuna genellikle sarkastik bir yanıt veriyor: "Yemeğe davet ettiğiniz için teşekkürler," diyerek soruyu soran kişiyi garip bir sessizlikle baş başa bırakıyor. Eğer insanlar James'e neler yaptığını sorarlarsa genellikle, sadece kendisinin enteresan olduğunu düşündüğü otobiyografisini yazdığından bahsediyor. Eğer kadınlar ona ilgi gösterirlerse, birdenbire çapkınlaşıyor. İlgileri başka bir yöne kayar kaymaz ya da ortaya onunkilerden başka bir görüş atar atmaz, onları kötülemeye ve tenkit etmeye başlıyor.

James'ten Bir Adım Uzaklaşarak Düşünmek

Narsist (N-Tipi), daha önce tanıştığımız psikopattan (P-Tipi) ve borderline'dan (B-Tipi) fark edilir derecede farklıdır. Bir şekilde, sıfır derece empatileri onları son derece ben-merkezcil resmeder, fakat başkalarını rencide edecek şeyler söyleyebilir ve yapabilir olmalarına rağmen, zalimce suçlar işlemezler. Daha ziyade, narsistler alçakgönüllülükten uzak bir şekilde, sanki diğerlerinin yoksun olduğu özel mükâfatlara sahiplermiş gibi diğer insanlardan çok daha iyi olduklarını düşünürler. Gerçekten de kıskandıklarından değil narsistiğin tamemen kendisiyle-meşgul olma durumunun göstergesi olarak, süregelen kibirlilik ve kendi reklamını yapma, kısmen başkalarının saldırganca bulduğu şeydir. Diğer Sıfır-Negatif biçimleri gibi narsist de, ilişkilerin iki yönlü olmasının önemini fark etmeyi beceremez. Sıfır derece empatiye sahip olanlar için ilişkiler gerçekten ilişki değildir, çünkü tek yönlüdür. Bu, narsistin bu kadar çok konuşmasından bile bellidir. Konuşmada diğer kişi için yer açmaya veya onu anlamaya yönelik bir teşebbüs olmaz. Narsist sadece nutuk çeker, kendisiyle ilgili yüksekten atar ve konuşmanın ne zaman biteceğine karar verir. Monologları olur, diyalogları değil.

Bazı psikodinamik düşünürler, bunun zıddının kendisini sevmeyen birisi olacağından kısmen narsisizmi hem gerekli ve normal hem de sağlıklı sayarlar.[192, 193] Bu, narsisizmin bir özellikler tayfına dayandığı anlamına gelir ve ancak birinin *sadece* kendisini önemsediği ve başkalarını da yalnızca kendisine faydalılarsa önemsediği uç noktadaki durumda narsist "patolojik" hale gelir. Farklı ifade edilirse, diğer insanlar faydalı olmaları yüzünden narsist tarafından sömürülürler. Bu bağlamda, nesne olarak kullanılırlar (mesleki dilde, "kendilik nesnesi" olarak).

Narsisizm farklı insanlarda farklı biçimler alabilir ("Tanısal semptomlarının" listesi için Ek-2'ye bakınız). Bazısı çok dışa dönüktür; ilgi odağını kendinde toplamak, bir firmanın patronu veya bir grubun lideri olmak isterler. Diğerleri sanki utangaçmışlar gibi sosyal olarak içe dönük olurlar, ama hâlâ "hakları olma" hissine sahiptirler, başkalarının onlar için daha fazla şey yapmıyor olmalarına öfkelidirler ve orta yolda buluşmaktansa ötekilerin onların ayağına gelmelerini beklerler. Bazıları tehlikeli olabilir ve bu kişilik tipinin bazen seri katilliğin temelini oluşturduğu düşünülür.[194] Narsistler genel nüfusun yaklaşık %1'ini oluştururlar, oysa kliniklere başvuranlarda oran çok daha yüksektir (%16). B-Tipinin aksine en azından yarısından dörtte üçüne kadar olan bir kısmı erkeklerden oluşur. P-Tipi ve B-Tipindeki gibi erken dönem duygusal istismar, yine bize o içsel mükâfatın önemini hatırlatarak N-Tipinin olası bir sebebi olarak öne sürülmüştür. Ama diğer Sıfır-Negatif tiplerinin aksine, aşırı takdirin, görünüşleri ve yetenekleri için aşırı övgünün, fazla müsamahanın ve (ebeveynler tarafından) gerçekçi bir geri bildirim olmaksızın aşırı değer biçmenin de sonuçta N-Tipi olma nedenlerine katkıda bulunabileceği tahmin edilmektedir. P ve B-Tiplerine kıyasla N-Tipine dair çok az araştırma yapılmıştır ve bu doldurulması gereken bir boşluktur. Benim görüşüme göre,

Sıfır-Negatif kişiliklerinin bu üç biçiminden N-Tipi, diğer insanlar için öteki tiplerden daha kolay olmayabilir, ama zulüm eylemlerine sebep olması ihtimali daha azdır. Bu kesinlikle hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç duyduğumuz türden bir meseledir.

Psikiyatri Sıfır-Negatif olmanın bu üç tipini "kişilik bozuklukları" başlığı altında gruplamaktadır ki elbette öyledirler. Ama benim için bariz bir şekilde hepsinin paylaştığı nitelik, üçünün de empatinin sıfır derecesinde olmalarıdır. Benim öngörüm hepsinin, beynin empati devrelerinde anormallikler göstermek zorunda olmalarıydı. Görmüş olduğumuz şey, birisi empatisini ister B-Tipi olarak ister P-Tipi olarak kaybetmiş olsun, *aynı* sinirsel devrenin etkilenmiş olduğudur. Her ne kadar N-Tipi üstünde bu çalışmalar henüz yapılmamış olsa da, N-Tipinin empati devresinde benzer anormalliklerin bulunacağını tahmin edebiliriz. Bunların hepsi empatinin ve birisinin nasıl Sıfır-Negatif olduğunun daha eksiksiz bir resmini oluşturuyor.

Tabii ki bu, neden bir bireyin P-Tipi olurken, bir diğerinin B-Tipi veya N-Tipi olduğuna ilişkin soruyu ortaya çıkarıyor. Bu noktada, ister farklı genler veya farklı ortam unsurları açısından isterse de her iki açıdan birden olsun, ortak son noktaya giden yolların farklı olduğunu varsaymalıyız. Buna Bölüm 5'te geri döneceğiz.

Empati devresinin düşük seviyede çalışmasının geçici ve kalıcı durumları arasındaki ayrım "durumlar" ve "özelliklerin" kişilik psikolojisindeki ayrımını tekrar eder. "Durumlar" psikolojik veya sinirsel bir sistemdeki özel bir kaynağın neden olduğu ve tersinebilir dalgalanmalardır. Hepimiz, empatimizi tehlikeye atan, girebildiğimiz kısa süreli durum türlerini biliyoruz. Bunların kapsamında, başka birisine yanlış bir şey söyleyebileceğimiz ya da yapabileceğimiz ve sonrasında da

bundan dolayı pişmanlık duyabileceğimiz, sarhoş, yorgun, sabırsız veya stresli olmak gibi durumlar vardır. Pişmanlık duygusu empati devremizin geri döndüğünün bir işaretidir, ama yanlış şeyi söylüyor ya da yapıyor olduğumuz gerçeği yine de –o an için– empati devresindeki bir dalgalanmadır. "Özellikler" ise kalıcıdır, psikolojik veya sinirsel bir sistemin kristalleşmiş yapılarıdır, farklı durumlar boyunca sürerler ve tersinemezler.

Kişilik psikolojisinde, özellik kümeleri kişilik tiplerini oluşturur (içe dönük veya dışa dönükler gibi) ve B, P ve N-Tipleri "kişilik bozukluklarının" açık örnekleridir. Bu bölümde, empati devresinin *daimi* biçimde normalden daha düşük seviyede çalışmasının örnekleri olarak "kişilik bozukluklarının" geleneksel anlayışını yeniden biçimlendirmiş olduk. Bunu test etmek bireyleri yaşamları boyunca izlemeyi zorunlu kılacağından, daiminin gerçekten daimi anlamına mı geldiğini kanıtlamak imkânsızdır. Bunun yerine, özellikler daha uzun vadeli ve kesinlikle durumlardaki kısa vadeli değişimlerden daha uzun ömürlü olarak düşünülebilir.

Empatinin sıfır derecesinin negatif biçimlerini araştırmakla epey zaman harcadık. Şimdi empatinin sıfır derecesinin *tüm* biçimlerinin ille de negatif olup olmadığı sorusuna ve pozitif olabileceği, en azından empatinin sıfır derecesinin pozitif olabileceğine dair tartışmalı fikre dönmek istiyorum.

Bölüm 4

Empatinin Sıfır Derecesi Pozitif Olduğunda

Şu ana kadar karşılaştığımız üç insan tipi yalnızca sıfır derece empatiye sahip değildi, aynı zamanda bu kişiler Sıfır-Negatifti. Bunun sebebi, sonuçta geldikleri nokta ile ilgili arzu edilebilecek bir şeyin bulunmamasıdır. Sıfır-Negatif için bir tedavi bulunmuş olsaydı, bu çok hoş karşılanırdı. Bununla beraber, bu noktaya kadar "kötü" ve "zulüm" terimleri Sıfır-Negatif biçimleriyle ilişkili olarak "empati" teriminin yerine kullanılabilir diye düşünüyorum. Ama bu bölümde sıfır derece empati sahibi olmanın, her durumda başkalarına korkunç şeyler yapmaya sebep olmadığını keşfedeceğiz. Empati sorunlarına sahip olmak sosyal olarak engelleyici olabilir ama empatiye sahip olmak bir kişinin etik davranmasını sağlayan ahlaki prensipleri ve ahlaki vicdanı geliştirmek için tek yol değildir. Bu, bizim sıfır derece empatiye sahip olup da Sıfır-Pozitif olan insanlarla karşılaştığımız noktadır. Bu, düşünülemezmiş gibi görünüyor ama beni sabırla dinleyin.

Sıfır-Pozitif olmak, empati sorunlarının yanı sıra, bundan etkilenenlerin dikkate değer şekilde hassas ve kati bir zihin-

leri olduğu anlamına gelir. Otistik tayfta yer alan bir durum olan Asperger Sendromu'na sahiplerdir. Asperger Sendromu olan insanlar iki sebepten ötürü Sıfır-Pozitiftir. İlki, onların durumunda, empati sorunlarının, bilgiyi yeteneğe dönüştürecek yollarla işleyen bir beyinle ilişkili olmasıdır. İkincisi, paradoksal olarak beyinlerinin bilgiyi işleme şekli onların ahlaksız olmalarına değil, süper-ahlaklı olmalarına yol açar. Size Michael'ı takdim ederek bunu biraz daha somutlaştırmama izin verin.

MICHAEL: ASPERGER SENDROMU

Michael elli iki yaşında. Değişik işlerde çalışmayı denemiş, fakat insanları kırıcı şeyler söyleyerek incittiği için hep kovulmuş. İnsanların, onun yaptığı yorumlardan neden inciklerini anlamadığını iddia ediyor, çünkü tüm yaptığı doğruyu söylemekmiş. Birisinin saç kesiminin kötü olduğunu düşündüğünde, bunu ona söylüyor. Bir konuşmayı sıkıcı bulduğunda, bunu söylüyor. Birisinin yanlış yaptığını düşündüğünde, çok net bir şekilde bunu ifade ediyor. İnsanları gerçekten anlamadığını itiraf ediyor ve bu kadar budalaca, gayesiz sohbetin amacını anlayamadığından partiler gibi boş gevezelikle dolu sosyal toplanmalardan uzak duruyor. Ona göre, bunların hiçbir sonucu yok ve bunları nasıl yapacağına dair bir fikri de yok. Bulguların bir fikrin lehinde sıraya konabileceği konulara dayanan sohbetler ona göre iyi. O zaman sohbetin nereye yönlendiğini anlıyor.

Onları kendi fikrinin doğruluğuna ikna etmeye çalıştığında, diğer insanlar ona sık sık yaptığının duyarlı bir diyaloğu sürdürmektense *onlara* nutuk çekmek olduğunu söylüyor. Diğer kişi onun haklı olduğunu kabullenmeden o konuyu bırakmayacağından, insanlar böyle konuşmalarda sıklıkla duvara mıhlanmış gibi hissediyorlar. Ama başka türlü konuşmaları

son derece öngörülemez oldukları için stresli buluyor. Kendininkinin yanı sıra başka bakış açılarının da olduğunu anlamasını bir türlü sağlayamayan cefakâr bir annesi var. Söylediği her şeyde haklı olduğunu iddia ediyor, çünkü bir konu hakkında bir şey bilmiyorsa sessiz kalıyor. Onun için tüm gerçekler kontrol edilmiş ve hatta iki kez kontrol edilmiş durumda.

Kendi değiştirmediği sürece bir şeyin yerinin değiştirilmesine müsaade etmiyor ve evdeki her şeyin olduğu yerde kalmasında ısrar ediyor. Hayatı, ebeveynine dayattığı, ona uysun diye tasarlanmış bir kurallar sistemi tarafından işletiliyor. Onun kuralları çerçevesinde yaşamak zorunda kalan anne-babası, kendilerinin ne yaşadığı hakkında oğullarının hiçbir fikri olmadığından yakınıyor. Annesi evde küçük bir şeyi, mesela şömine rafından süs eşyası gibi bir şeyi alıp kitap rafına koyarsa, Michael onu eski yerine geri koyuyor. Eğer annesi mutfak masasını pencerenin yanına çekmek gibi, evin tasarımında daha büyük bir değişiklik yapmak isterse karşı çıkıp masayı geri çekeceğini belli ediyor. Her gün aynı kot pantolonu, tişörtü, süveteri ve ayakkabıları giymeyi, aynı yemekleri yemeyi seviyor. Gerçekten de on altı yaşına gelene kadar sadece mısır gevreği yemiş. Kişisel hijyen problemi de yaşamış.

Çocukken bile, sosyal durumları her zaman kafa karıştırıcı ve stresli bulmuş. Okul bahçesinde diğer çocuklarla oynamamış, doğum günü partilerine hiçbir zaman davet edilmemiş ve takımlara seçilmemiş. Okuldaki oyun alanının köşesine –yalnız başına– gidip ot saplarını sayarak okul bahçesinden uzak durmuş. Kışın kar yağdığında, her birinin neden farklı olduğunu anlamak isteyerek kar tanelerinin yapısına kafayı takmış. Sınıfındaki diğer çocukların gözüne tüm kar taneleri aynı gözüktüğünden, onlar Michael'ın neden bahsettiğini anlamamışlar. Her ne kadar öğretmen tüm sınıfa her bir kar tanesinin emsalsiz olduğunu söylemiş olsa da görünen o ki sı-

nıfta kar tanelerindeki ufak özgün farkları gerçekten *görebilen* tek kişi oymuş. Sınıftaki diğer çocuklar onunla dalga geçmişler, onu "kar tanesi beyinli" diye çağırmışlar.

Ortaokulda kütüphaneye gidip demiryolları tarihi hakkında kitaplar okuyarak sosyal ortamlardan uzak durmuş. Demiryolu sistemi hakkında muazzam miktarda bilgi toplamış ama hemen hemen hiç kimseyle konuşmamış. On iki yaşından on sekiz yaşına gelinceye değin altı yıl boyunca yapmış olduğu gibi, sanki gerçekten o koridorlarda öylesine yürüyormuşçasına ortaokulu tarif ediyor. Birkaç kez ona kabadayılık yapmışlar ve çantasını gasp etmişler. Çantasını geri almak için diğer çocukları kovaladığında onunla alay etmişler, "ahmak" olduğunu söyleyerek onu çöp kovasının içine koymuşlar.

Üniversitede matematik okumuş. Çünkü matematik ona şeylerin ya doğru ya da yanlış olduğu, tamamen gerçeklere dayanan tek ders gibi gelmiş. Ama kendi halindeymiş. Okulda geçirdiği yalnızlık dolu yılları üniversiteye başladığında arkasında bırakmayı, –hayatında ilk kez– başkaları tarafından kabul edilmiş, ortama uyum sağlamış ve bir şeye aitmiş gibi hissetmeyi ummuş. Ne yazık ki böyle olmamış. Görünen o ki diğer öğrenciler çaba harcamadan sosyalleşiyorlarmış ama Michael'ın onlarla ne konuşacağına dair hiçbir fikri yokmuş. O mantığa göre bağlanmış doğrusal yollar boyunca gelişim gösteren konuşmaları ve bir önceki adımı açık bir biçimde takip eden bir dizi olgu veya iddiayı tercih ederken, ötekilerin konuşmaları ona hâlâ bir çiçekten diğerine rasgele uçuşan kelebekler gibi görünüyormuş. İnsanlar bir anda konuyu değiştirdiklerinde ya da konuya mizah, istihza, metafor veya –daha da kötüsü– vücut dili kattıklarında, o anda anlamaz hale geliyormuş. Fark etmiş ki "diğer insanlar sözleri değil, gözleri vasıtasıyla iletişim kuruyor gibiler ve birbirlerinin ne demeye çalıştığını ya da dediğini biliyor gibiler". Bu gizemli şeyi nasıl yaptıklarına dair hiçbir fikri yokmuş.

Üniversiteden ayrılmış, çünkü yalnızlığının bir sonucu olarak bunalımlı ve hatta intihara meyilli bir hale gelmeye başlamış. Yirmi iki yaşında ailesinin yanına geri taşınmış, bütün günü odasında yalnız başına geçirip yemek vaktinde bile onlarla bir arada olmayı reddetmiş. Şu anda işsiz, çünkü insanlarla etkileşime girmeyi çok stresli buluyor. Gün boyunca içine kapanıyor. Hayali, tüm kontrolün kendinde olduğu insansız bir dünyada yaşamak. Michael'ın sıfır derece empatisi var, çünkü kabul ettiği üzere diğer insanların ne düşündüğü, hissettiği ya da başka birisinin duygularına nasıl karşılık vereceği hakkında hiçbir fikri yok. "Birisi üzgünse, bir fincan çay isterler mi diye sor," ya da "Birisi kızgınsa, özür dile," gibi birkaç basit kural öğrenmiş, ama bu kurallar çok da işe yarar gibi görünmüyor.

Michael'ın sıfır derece empatisi onun başkalarına zalimce şeyler yapmasına sebep olmuyor. Sadece diğer insanlardan uzak duruyor. O halde burada, her ne kadar düşük empati başkalarını incitme riskini artırsa da, bunun kaçınılmaz olmadığını görüyoruz.

Empati noksanlığının yanı sıra, Michael'ın beyni her zaman başka bir şey yapmakla meşgul. Eğer Michael'ı yatak odasında izlemiş olsaydınız, onu kareli kâğıda sayfayı dolduran farklı uzunluklardaki çizgileri, küçücük örüntüleri saplantılı bir şekilde çizerken görürdünüz. Çizgi örüntüleri ortaya, iki sayının toplamının büyük sayıya oranının ((A+B)/A) *her zaman* büyük sayının küçük sayıya oranıyla (A/B) aynı olduğunu açıkladığı altın oranı (1,61803...) çıkarınca büyük bir zevk duyuyor. Sadece matematikte değil, birçok yerde – doğada, mimaride– tekrar ettikleri için, neden herkesin böyle basit, kolay örüntüleri fark edemediğini anlayamıyor.

Kırklı yaşlarında ise zangoç olmaya merak sarmış. Yalnızca kilise çanlarının çaldığını duymuyor, çanlardaki her bir ufacık örüntüyü de fark ediyormuş. Ely Katedrali'nde beş

adet çan olduğunu ve beş çanın hepsinin art arda çalınması istenirse bir sırayı tekrar etmeden çalınabilecekleri en uzun seferin 120 değişimden (1x2x3x4x5) oluştuğunu fark etmiş. King's College'de (benim yaşadığım Cambridge şehrinde) altı adet çan olduğunu ve 720 değişim olabileceğini fark etmiş. Great St Mary's Kilisesi'nde (o da Cambridge'de) sekiz adet çan olduğunu, o halde 40.320 değişik sıra olabileceğini fark etmiş. Michael, bu hiç bitmeyen örüntüleri seviyor.

Otistik Beyni

Sıfır-Pozitif olan insanlarda "otizm spektrum bozukluğu" vardır. Onların da empati devresinin neredeyse her bölgesi normalin altında faaliyet gösterir.[195, 196] Bir karakterin amaçları, gerekçeleri ve zihin durumu ile ilgili yargıda bulunmak üzere ufak hikâyeler okumaları gerektiğinde veya birisinin niyet ettiği şeyi değerlendirmek üzere vücut dillerini okumaları gerektiğinde dorsomedial prefrontal korteksle rinde (dMPFC) kısıtlı seviyede faaliyet göstermişlerdir.[197-199] Bir kişinin göz resimlerine bakarak (gözlerin etrafındaki yüz ifadesini deşifre etmeye çalışan) onun ne düşünüyor veya hissediyor olabileceği ile ilgili bir anlam çıkarmaya çalışırken büyük zorluk çekerler ve frontal operkülde (FO), amigdalada ve anterior insulada (AI) normalin altında faaliyet gösterirler.[80, 200, 201] Bakışı işlemekle alakası olan posterior superior temporal sulkus (pSTS) gibi beyin bölgeleri de otizmde atipiktir.[202] Ayrıca Sıfır-Pozitif insanlardaki bu bölge, canlıymış gibi görünen bir harekete baktıklarında (örneğin, bir kişinin yürüme şeklini anımsatan noktaları gördüklerinde), atipik bir şekilde yanıt verir.[203] Sıfır-Pozitif olan insanlar yüzleri ve duyguları işlerken atipik amigdala faaliyeti de gösterirler.[204-211] Ayrıca Sıfır-Pozitif olan insanlarda FO/IFG (inferior frontal girus) –ayna nöron sisteminin bir kısmı–, başka insanların duygusal yüz ifadelerini taklit etmeleri istendiğinde kısıtlı faaliyet gösterir.[69, xxxiii]

Sıfır-Pozitif insanlar üzerine yapılmış eski "zihin-okuma" veya empati çalışmalarının çoğu, sözlü testlere dayanmaktadır (örneğin, hikâyeleri ve müstehzi yorumları açıklamak veya duyguları isimlendirmek). Dili pas geçmek için araştırmacılar, bilgisayar ekranında dolanıp duran geometrik şekillerin animasyonunu izlediğiniz Sosyal Nitelik (ya da Animasyonlar) Testi denilen akıllıca bir görevi kullanmaya başlamışlardır. Çoğu insan kendiliğinden bu geometrik şekillerin hareketlerine insan nitelikleri atfeder, ama otistik ve Asperger Sendromlu insanların bu animasyonların hareketlerini niyet, düşünce ve duygu açısından kendiliğinden yorumlamaları çok olası değildir. Otistik insanlar bu görevi MR cihazının içinde gerçekleştirdiklerinde dMPFC ve sağ temporal parietal bağlantı / posterior superior temporal sulkusları (RTPJ / pSTS) bilindiği üzere normalin altında faaliyet gösterir.[214-216]

Başkalarını anlama güçlüğüne ek olarak Sıfır-Pozitif insanların, "duygular için kelimesi yok" diye tercüme edilen ve "aleksitimi" denilen, *kendi* zihinlerini de anlama güçlükleri vardır.[217-220] Otistik insanlardan duygu yüklü resimleri gördükten sonra nasıl hissettiklerine dair bir derecelendirme yapmaları istendiğinde, bu tür "duygusal içe bakışlar" sırasında empati devrelerindeki birkaç bölge daha az faaliyet göstermiştir: dMPFC, arka singulat korteks (PCC) ve temporal kutup.[221] dMPFC'deki bu normalin altında faaliyet gösterme, otistik insanların *başkalarının* zihinlerini okumakta güçlük gösterdikleri bölgeyle aynı yerdedir.[197, 199, 215, 216] O halde zihin-okuma ve empatiyle[18, 85] ilgisi olan sinirsel sistemlerin hepsi, otistik beyindeki empati görevleri boyunca tutarlı bir şekilde normalin altında faaliyet göstermektedirler. İstirahat halindeyken de (temel çizgisi faaliyeti açısından),[xxxiv] otizmde dMPFC ve vMPFC'nin faaliyetleri atipiktir.[226, 227]

Otistik beyindeki kısıtlı empatinin izini sürmek, eski doktora öğrencim Mike Lombardo ile beraber yaptığımız çalış-

mamızın odağı olmuştur. Mike ayrıca, otizmli kişilerde, kişi kendisi hakkında düşündüğünde atipik bir sinirsel faaliyet meydana geldiğini bulmuştur. vMPFC en çok tepkiyi, bilgi kişinin kendisiyle ilişkili olduğunda vermektedir. Mike, otistik insanlarda vMPFC'nin, kişinin kendisi ve ötekiler arasındaki ayrımı alışıldık yolla yapmadığını bulmuştur. Sosyal olarak en yüksek derecede engelli olanlar, en atipik vMPFC tepkisini göstermişlerdir.[228] Ayrıca normal insanlar kendileri hakkında düşündüklerinde vMPFC'nin somatosensori korteks gibi, beynin duyusal tepkilerle (örneğin, dokunulmaya tepki vermek) alakalı diğer bölgeleriyle genellikle oldukça bağlantılı olduğunu bulmuştur. Fakat yine de otizmde vMPFC ve bu daha düşük seviyedeki duyusal bölgeler arasındaki bağlantılar aşırı derecede kısıtlıdır.

Bu, Roma'dan Cambridge'e gelmiş olan Ilaria Minio-Paluello isimli bir diğer yetenekli öğrenci tarafından yapılmış bir çalışmanın sonuçlarına uymaktadır. Ilaria normal insanların başkalarının acı içinde oldukları resimleri (örneğin, iğne batan bir el) gördüklerinde sensorimotor korteksin, sanki resimdeki kişinin nasıl hissettiğini hissediyormuşçasına resmi gören kişinin eline, geri çekilmesi için bir sinyal gönderdiğini bulmuştur. Başkalarının acısına verilen bu sensorimotor tepkisi otistik insanlarda çok daha düşüktür.[229] Nitekim otizmdeki daha düşük seviyede şekillenmiş süreçler empatiyi etkiler, daha yüksek seviyedeki özdüşünüm süreçleri de bozulmuştur.

Mike ayrıca Sıfır-Pozitif olan insanların empati devrelerinde yer alan ve kişinin kendisiyle ilgili bilgiye atipik bir şekilde tepki veren ikinci bir bölgeyi bulmuştur: orta singulat korteks (MCC). MCC genelde acı esnasında ve bilgi "kişinin kendisiyle ilgili" olduğunda da etkinleşir.[228] Başka bir bireye ne kadar para emanet edecekleri konusunda karar vermeleri gereken ve sonra da o kişi parayı onlara geri mi verecek yok-

sa hepsini kendine mi saklayacak diye bekledikleri bir oyun oynayan otistik insanlarda da atipik MCC faaliyeti olduğu bulunmuştur. Genel olarak MCC, bu tarz işbirliğine dayalı sosyal etkileşimlerde, özellikle de biri başka birine ne kadar güveneceği üzerine düşünüp taşınırken oldukça etkindir.[230] Yine de otistik insanlar bu oyunu oynarken ne yapacaklarını düşündükleri sırada MCC'yi etkinleştirmezler, bir ihtimal bunun sebebi de başka birine nasıl göründüklerini tasavvur etmenin onlara zor gelmesidir.[231, 232, xxxv]

Demek ki Sıfır-Pozitif insanlar da tıpkı Sıfır-Negatif insanlar gibi, empatinin beyinde bulunduğu aynı bölgelerde anormallikler gösterirler. O halde Sıfır-Pozitifi farklı yapan nedir?

Michael ve Asperger Sendromlu diğer insanların sıfır derece empatileri vardır, ama Sıfır-Pozitiftirler, çünkü empati güçlüklerinin yanı sıra olağanüstü derecede *sistemlidirler*. Sistemleştirme, değişen örüntüleri analiz edebilme ve işlerin nasıl yürüdüğünü çözebilme kabiliyetidir.[234, 235] Bilgi değişimleri dünyada her gün ve tüm gün boyunca olur; gerek rasgeledir gerekse değildir. Eğer değişim rasgele değilse bir örüntüsü vardır ve insan beyni örüntüleri fark etmeye ayarlanmıştır. Örüntü, tekrarlama sözcüğünün öteki adıdır: Bir dizi bilginin daha önce ortaya çıkmış olduğunu fark ederiz. Örüntülerin ne kadar iyi fark edildiği nüfus içerisinde farklılık gösterir. Asperger Sendromlu insanların beyinleri, örüntüleri fark etmek üzere hassas bir şekilde ayarlanmıştır.

Michael için kuralları aramak kolaydır ama sosyal dünyanın kuralları yokmuş gibi göründüğünü fark eder. Aksine, kilise çanlarının dünyası oldukça düzenlidir ve Michael ses dizilerini tekrarlayan örüntülere sistemleştirmiş; böylece çanların çalmasını kesin bir şekilde öngörebilir. Bütün çizgilerin nihai, kusursuz şeklini ortaya çıkarmak için nasıl bir araya geleceklerini öngörmek suretiyle çizimlerinde geo-

metrik örüntüleri sistemleştirmiştir. Benzerliklerinden ötürü, Asperger Sendromlu diğer insanlarla birlikte ele alındığında Michael'ın kişiliği daha açık bir şekilde meydana çıkar. Asperger Sendromlu diğer bir kişi, Kevin da sosyal durumları kafa karıştırıcı bulmaktadır ve hiçbir şey gece yarısı bahçeye çıkmak kadar onu mutlu etmez. Bu sessiz saatlerde, insanlar uykudayken, doğal dünyaya (özel olarak hava durumuna ilgisi var) ve teçhizatına (hava durumunu ölçmek için) konsantre olabilmektedir. Her gece defterine notlar alır: tarih, sıcaklık, yağış ve rüzgârın hızı. İçlerinde bu küçük bilgi örüntülerinin binlerce kaydı olan yüzlerce defteri var. Kevin hava durumunu (en azından bahçesinden) bir öngörme çabasıyla sistemleştirmektedir. Görsel 7'de, defterlerinden birindeki bir sayfanın fotokopisi görülüyor.

Görsel 7: Kevin'ın hava durumunu kaydettiği defteri

Daniel Tammet, Asperger Sendromlu diğer bir kişi. Michael ve Kevin gibi, o da okuldaki oyun bahçesinden korkarak büyümüştür, çünkü diğer çocukların bu kadar kolay bir şekil-

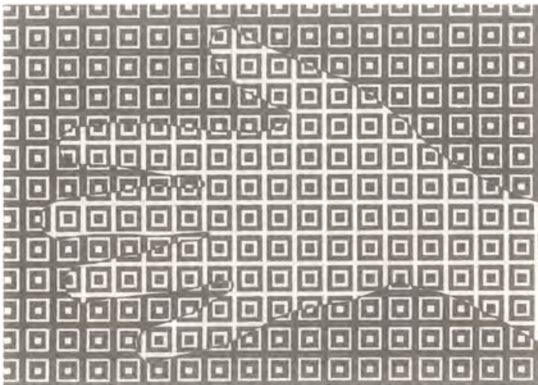
de beraberce oynadıkları oyunlara nasıl katılacağı hakkında hiçbir fikri yoktur. Bazı insanlar onu, gerçek bir otistik karaktere (Kim Peek) dayanan ve *Yağmur Adam* filminde Dustin Hoffman tarafından canlandırılan karaktere benzetiyorlar. Bunun sebebi yalnızca Daniel'ın detaylara verdiği harikulade dikkat değil, aynı zamanda detaylar için görünürde sonsuz bir hafızaya da sahip olmasıdır. Daniel kendisini (en iyi ihtimalle sizin ve benim 4 adet ondalık hanesine kadar 3,1415 diye bildiğimiz) Pi sayısının 22.514 adet ondalık hanesini ezberleyecek şekilde eğiterek hafıza dalında Avrupa şampiyonasını kazanmıştır.

Daniel sayıları, iki adet altı haneli sayıyı bir bilgisayar kadar hızlı çarpabilecek şekilde, sıra dışı bir ölçüde sistemleştiriyor. Yine de bana, on dört yaşına geldiğinde bile onunla konuşurlarken insanlara bakması gerektiğini hâlâ fark edememiş olduğunu ve hiçbir arkadaşı olmadığını söyledi.[236, 237] Sosyalleşmek için çaba gösteren, nasıl empati kurulacağı hakkında hiçbir *fikirleri* olmadığını rahatlıkla itiraf eden, ama sistemli becerileri olan başka otistik veya Asperger Sendromlu insanlar da var. Çoğu kendi gözde resimlerini tekrar ve tekrar ve tekrar çizmeye meyilli. Hedefledikleri teknikte ustalaştıktan sonra sistematik değişimleri çizimlerinde uyguluyorlar ve böylece sanat teknikleri basitten karmaşığa doğru gelişiyor. Venedik'te yaşayan bir çocuk olarak Lisa Perini sadece W harfini çizebiliyormuş. Yıllar sonra günümüzde, Lisa'nın sanatı kayda değer bir dereceye kadar gelişmiştir.[238]

Kör ve klasik otistik olan Derek Paravicini ister blues olsun ister klasik müzik olsun, eğer şarkıyı bir kez bile duymuşsa piyanoda bütün notalarını tahmin edip çıkarabiliyor. Müziği sistemleştirmedeki kabiliyetine rağmen basit konuşmaları yürütme kapasitesi çoğunlukla diğer kişinin söylediklerini tekrar etmeyle sınırlı olarak son derecede kısıtlı. Yalnız başınayken ileri geri sallanıyor ve bağımsız olarak hiçbir şekil-

de iş göremiyor.[239] Onunla 2006 yılında Cambridge'e, otizm araştırmasına para toplamak için düzenlediğimiz bir konserde boogie-woogie ustası Jools Holland ile blues çalmaya geldiğinde tanışmıştım. Birisinin haykırdığı herhangi şarkıyı çalabilme yeteneğiyle herkesi büyüleyen bir gençti.

Son sırada Yorkshire'dan Peter Myers var, bir maket tasarımcısı. Diğer Asperger Sendromlular gibi kendi halinde birisi, insanları kafa karıştırıcı buluyor ve sohbetlerle ilgili sıkıntısı var, çünkü sözcüklerin anlamı ona göre muğlak. En basit "Nerede yaşıyorsunuz?" sorusunu bile zor anlaşılır buluyor, çünkü soru bir ülke mi, şehir mi, sokak mı, ev mi ya da oda mı hakkında, belli değil. Sonuç olarak, onun için iletişim çaba gerektiriyor ve duraklamalarla dolu oluyor. Fakat bu sosyal engellilik, sanatsal yeteneği meydana getirenle aynı zihinden çıkıyor. Örüntüler halindeki küçük daireler veya karelerle sayfayı dolduruyor; bunlar, saatler süren ve aynı şeklin çok az farklı biçimlerinden oluşan çizimler. Peter'in örüntülerinin bir örneğini Görsel 8'de görebilirsiniz.[240]



Görsel 8: Peter Myers'in çizimi

Mesele, görünüşte farklı olan bu iki sonucun (güçlü sistemleştirmenin yanı sıra düşük empati) neden aynı bireyde ortaya çıktığıdır. Bu meselenin olası sonuçlarına daha sonra geri döneceğiz, ama önce (Sıfır-Pozitif olmanın ne demek olduğunun temelinde durması sebebiyle) sistemleştirme ile ilgili iki çift laf edelim.

SİSTEMLEŞTİRME NEDİR?

Beyin değişik sebeplerden dolayı örüntüler arar. İlk olarak, örüntüler geleceği öngörmemizi sağlar. Eğer kilise çanı her pazar sabahı saat 10'da tam on kez çalıyorsa, sistemleştirebilen bir zihin çanın bu pazar da aynı saatte aynı şekilde çalacağını öngörebilir. Kilise çanlarının örüntüleri bir ölüm kalım meselesi olmayabilir ama böyle bir genel örüntü-tanıma sisteminin, piyasadaki fiyatların nasıl değişeceğini öngörmekten tutun da mahsulün farklı mevsimlerde nasıl değişeceğini öngörmeye kadar geniş bir uygulanabilirliği olabileceğini hemen anlayabilirsiniz. Örüntüler ayrıca, uygulayabileceğimiz deneyleri öne sürdüğümüzde olayların nasıl işlediğini çözmemizi ve öngörüleri doğrulamamızı sağlar. Eğer saatime bir pil takarsam akrep ve yelkovan hareket etmeye başlar. Bu güzel ve basit bir örnektir ama bu aynı örüntüleri görme yeteneği kullanıcı kılavuzu olmayan yeni bir aleti anlamanızı veya birden fazla bileşeni olan bir aleti tamir edebilmenizi de sağlayabilir. Her durumda işin püf noktası, bir seferde bu bileşenlerden birini değiştirmek ve ne olacağını, hangi örüntünün ortaya çıkacağını görmektedir.

Örüntülerle ilgili başka bir değerli şey, bir sistemi değiştirmek ve dolayısıyla yenisini icat etmek için bizim bir seferde bir değişkenle oynayabilmemizi sağlamalarıdır. Eğer bir kanoyu daha ince yaparsanız suda daha hızlı gider. Eğer bir okun ağırlığını değiştirirseniz daha uzağa, daha hızlı ve daha

isabetli gidebilir. Bu tarz örüntüleri fark etmenin bir şeyleri icat etme ve geliştirme kabiliyetimizin anahtarı olduğunu görebiliyorsunuzdur.

Son olarak, öngörülerimiz ya doğru ya da yanlış olarak teyit edildiklerinden, örüntüleri fark etmek gerçeğe doğrudan erişimimizi sağlar. Kilise çanı öngörüldüğü gibi ya çalar ya da çalmaz. Filozoflar ve teologlar "gerçek" derken ne demek istediğimiz hakkında uzun zamandır tartışmaktalar. Benim gerçek tanımım ne mistik ne ilahi ne de gereksiz bir felsefi karmaşa tarafından belirsizleştirilmiştir. Gerçek (katışıksız ve basit) tekrarlanabilir ve kanıtlanabilir örüntülerdir. Bazen böyle örüntülere "kanunlar" ya da "kurallar" deriz, ama bunlar özünde sadece örüntüdür. Gerçek bazen çok işe yaramayabilir (örneğin, İngiliz postacılar zarfları paketlemek için kırmızı lastik bant kullanırlar) ama bazen işe yarar da olabilir (örneğin, fazladan bir 21. kromozom bir bebekte Down Sendromu'nun ortaya çıkmasına sebep olur). Bazen gerçek, doğal bir örüntüyü (örneğin, erkeklerde solaklık kızlara göre daha çok görülür), bazen de sosyal bir örüntüyü yansıtır (örneğin, Hindistan'da aynı fikirde olduğunuzu göstermek için kafanızı sağa sola sallarsınız). Ama bir örüntüyü gerçek statüsüne yükselten onun tekrarlanabilirliğidir.

Zamanın Dışına Çıkmak

Kendi çaplarında örüntülere düşkün olma, insanların çemberin çapı 1 olduğunda çevresinin Pi sayısına (veya 3,1415...) eşit olacağını keşfetmelerine sebep olan şeydir. Bu ilk örüntü arayıcılarının, sistemleştirmiş oldukları ve ilk olarak Antik Babil'de keşfedilen ve daha sonra Arşimet (*yak.* MÖ 287-212) tarafından neredeyse tam olarak hesaplanan Pi sayısının sahip olduğu zarif örüntünün neredeyse 2000 sene sonra Princeton'da, Albert Einstein'ın Görelilik Kuramı'nda pratik bir uygulama imkânı bulacağı hakkında hiçbir fikirleri yoktu. Bu, içinde yaşadığı devirden bağımsız olarak dünyada tekrar-

lanan aynı örüntüleri gören insan zihniydi. Ebedi örüntüler. Sistemleştiren zihin şimdiki zamana bağlı olmayan gerçekleri aramak için zamanın dışına çıkar; hiç olmazsa geçmişte vuku bulmuşlardır ve gelecekte de vuku bulmak üzere teyit edilmişlerdir. En azından doğal örüntüler arasındaki gerçekler sonsuz olanlar olabilirler.

Sistemleştirmenin iki yolu vardır. İlki sadece gözlem vasıtasıyla olur. Değişen veriyi gözlemleriz ve sonra veride bir örüntü ararız (Her yedinci dalga büyük bir dalga mı? Büyük dalga her seferinde kumsaldaki deniz kabuklarını daha öteye itiyor mu?). Bir örüntüyü tespit eder etmez, formülleştirmiş olduğumuz kural (büyük dalgalar deniz kabuklarını daha öteye iter) yeni gözlemler tarafından da destekleniyor mu, diye veriyi yeniden gözlemleriz. Geleceğe dair öngörümüz doğru ve gerçek mi, diye kontrol ederiz. Yasa, ona uymayan yeni bir veri ortaya çıkıncaya değin idame ettirilir; böyle bir durumda yasa değiştirilebilir ve daha çok gözleme tabi tutulur. Bu süreç, öngörüler tasdik edildikçe gerçekleri ortaya koyarak ve bir döngü içerisinde daireler çizerek devam edebilir. Sistemleştirmeye yönelik bu ilk (gözlemsel) güzergâhta, beyin sadece yasayı (her yedinci dalga deniz kabuğunu daha öteye iter) belirlemek için girdiyi (dalgaları saymak) ve çıktıyı (deniz kabuğunun itildiği uzaklık) gözlemler. Burada, sistemleştirme *girdi-çıktı* ilişkisini gerektirir.

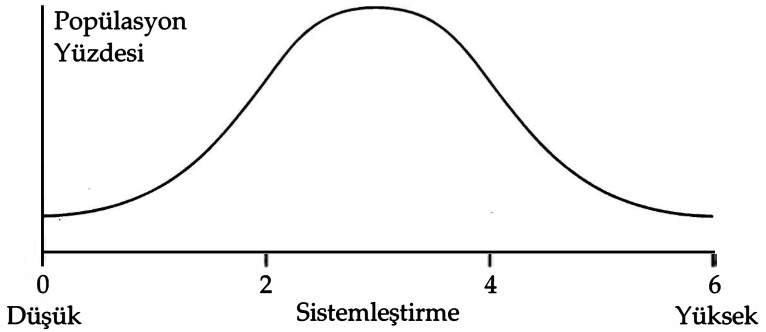
Sistemleştirmemizin ikinci yolu gözlem artı işlemdir. Veriyi gözlemleriz, sonra bazı işlemler gerçekleştiririz (bir değişkeni değiştiririz) ve o işlemlerin etkisini yeniden gözlemleriz. (Küvete bir taş koyduğumuzda su yükselmiş midir?) Beynin, sistemleştirmenin bu ikinci yolunda yaptığı şey girdiyi gözlemlemek (ilk su seviyesini not etmek), bir işlem gerçekleştirmek (taşı suya koymak) ve çıktıyı gözlemlemektir (yeni su seviyesini not etmek). Burada, sistemleştirme *girdi-işlem-çıktı* ilişkisini gerektirir.

Sistemleştirmenin bu iki biçimini sistemleştirilebilir her sahadaki veriye uygularız. Sistem düzenli bir değişime veya örüntülere sahip olan herhangi bir şeydir. Bu sistemleştirme biçimlerinin ikisi de "eğer p olursa, sonra q olur" biçimindeki kurallarla sonuçlanır. Bir sistemin böyle tek bir kuralı ya da yüzlerce, binlerce bu tür kuralı olabilir. Bir sistem; doğal sistem (okyanus dalgaları gibi), mekanik/insan-yapımı sistem (balta gibi), soyut sistem (matematik gibi), toplanabilir sistem (deniz kabuğu koleksiyonu gibi), motor sistem (dans tekniği gibi) veya sosyal sistem (kanun sistemi gibi) olabilir. İnsanların kayda değer aynı sistemleştirme becerisi onların, hücreler kadar küçük sistemleri ya da güneş sistemi kadar kapsamlı sistemleri anlamalarını ve bir denklem kadar küçük veya uzay uyduları kadar kapsamlı sistemleri kurmalarını mümkün kılmıştır. İnsanlar yalnızca doğayı anlamakla kalmaz, aynı zamanda Nairobi'den New York'a birkaç saniye içinde bir cep telefonu mesajı atmamızı olanaklı hale getirerek, hayatı daha kolay ve iyi kılmak için bu tür bilgiden yararlanırlar.

SİSTEMLEŞTİRME MEKANİZMASI

Beynin, değişen bilgideki örüntüleri algılayan, bir şeylerin nasıl çalıştığını çözmemizi ve geleceği öngörmemizi sağlayan kısımlarına "Sistemleştirme Mekanizması" diyelim. Sistemleştirme Mekanizması nüfus içerisinde çeşitlilik gösterir. Soru formlarını (Sistemleştirme Katsayısı veya SQ)[13, 241, 242] ve anlama mekanizması testlerini kullanarak bunun üzerinde çalışmalar yapılmıştır.[243] Bölüm 2'de karşılaştığımız Empati Mekanizması gibi Sistemleştirme Mekanizmasının da altı kademesi olan, Görsel 9'da gösterildiği gibi düşükten yükseğe doğru farklı kademelere ayarlanmış tek bir mekanizma olduğu gözümüze ilişir.

Sıfır Seviyesindeki insanlar hiçbir örüntüyü fark etmezler. Kilise çanlarının çaldıklarını fark edebilirler, ama çanların grup halinde mi çaldıklarını veya kaç adet çanın çaldığını size söyleyemezler. Sistemleştirme Mekanizmaları çok düşük seviyeye ayarlıdır. Değişim, onların yanından analiz edilmeden geçip gider. Sistemleştirmeye hemen hiç ilgi duymadıklarından, pek çok değişimle başa çıkabilirler. Bir şeyler beklenmedik şekilde vuku bulabilir, sekteler meydana gelebilir veya bu insanlar bir görevin ortasında oldukları halde yeni bir faaliyete geçebilirler ve bu onların canını sıkmaz. Örüntü aramamışlardır, bu yüzden de değişimle başa çıkabilirler.



Görsel 9: Sistemleştirme Eğrisi

Birinci Seviyedeki insanlar, sıkça tekrarlayan kolay örüntüleri fark ederler (çift ya da tek sayılar, alfabetik dosyalama sistemleri ya da insanların doğum günleri gibi) ama yeni bir sistemi çözmek onlar için neredeyse imkânsızdır (evdeki yeni bir cihazı kullanmak gibi). Örüntüleri göremediklerinden okulda matematik gibi derslerden uzak dururlar. İkinci Seviyedeki insanlar kendilerine gösterildiğinde yeni örüntüleri görebilirler, ama bunun için çaba gösterirler ve bunları

kendi kendilerine göremezler. Eğer yeniden, örüntünün nasıl bulunduğunun izini sürmeleri istenirse bunu kendi başlarına yapamazlar. Örneğin, yeni bir cep telefonu alındığında başka birisini izleyerek onun nasıl kullanılacağını kavrayabilirler ama bunu kendileri yapamazlar.

Üçüncü Seviyedekiler basit, kısa sistemlerle başa çıkabilirler ama daha uzun ve daha karmaşık olanları zorlayıcı bulurlar. Oysa Dördüncü Seviyedekiler sistemlerin arasından yollarını bulmada oldukça beceriklidirler. Bir el kılavuzuna ihtiyaç duymadan, deneme yanılma yöntemiyle ve özgüvenle bir cihazı oldukça hızlı bir şekilde kullanacaklardır. Üçüncü Seviyede daha çok kadın ve Dördüncü Seviyede daha çok erkek vardır. Günlük yaşamlarında bu seviyedeki insanlar yenilikle, öngörülemezlikle ve diğer insanlarla duraksamadan başa çıkabilirler.

Sistemleştirme Mekanizmaları Beşinci Seviyeye ayarlı insanların örüntülere meraklı olması muhtemeldir; günlük yaşamlarında ve işlerinde onları aramak isterler. Bu seviyedeki insanlar, özlerinde örüntü arama olan fen bilimlerine, matematiğe, müziğe, teknolojiye ve diğer analitik alanlara (dilbilimi, felsefe veya edisyon/redaksiyon gibi) yönelirler. Değişimin miktarını sınırlamaya kalkıştıkları özel ortamlar yaratmaya çalışırlar ki böylece bir seferde bir değişkenin etkisini analiz edebilsinler (ne olacağını görmek için fareden *bir seferde* bir geni çıkarmak veya her seferinde *bir* aylık kâr çizelgesine bakmak vb.). Her seferinde bir tek şey yapmayı severler. Ama bütün gün boyunca sistemleştirme yapmazlar ve böylece sosyalleştiklerinde veya bir şeyler beklendiği gibi gitmediğinde, sistematik olmayan ortamlarla başa çıkabilirler. Beşinci Seviyedekiler sistemleri severler, bu yüzden yaşamları daha düzenli ve rutindir, her güne bir "bugün yapılacaklar" listesi hazırlayarak başlayabilir ve yavaş yavaş bu listedekileri yapabilirler. Ama umulmayanla da başa çıkabilirler.

Şimdi otistik ve Asperger Sendromlu insanlara geri dönebiliriz, çünkü bu hesaba göre Sistemleştirme Mekanizmaları tam olarak en yüksek seviyeye ayarlıdır (Altıncı Seviye).[241] Altıncı Seviye'de hayat neye benzer? Bu noktada uyanık geçirdikleri zamanın her bir anını sistemleştirmek zorunda olan bireyleri keşfederiz. İlgilendikleri tek bilgi örüntülü, sistemleştirilebilir bilgidir: tekrar eden sayılar, tekrar eden müzikal diziler, tekrar eden olgular, tekrar eden hareketler ve eylemler.

Zehirli Değişim

Altıncı Seviyedekiler tek seferde en fazla bir örüntüye bakabilirler; örüntünün de tek seferde en fazla bir değişkeni analiz edilir. Bu öngörülebilir örüntü arayışı çok yüksek bir bedelle gelir: Onlar için beklenmedik olan *her şey* zehirlidir. Birisi, onlar bilgisayarlarının başındayken (perdeleri açmak gibi) sıradan bir şey yapmak için odalarına girer ve stres seviyeleri tavanı boylayıverir. Her salı günü olan bir şey çarşamba gününe kaydırılır ve bu bir çöküşe neden olur. Altıncı Seviyedeki insanlar *hiper-sistemleştirici*dirler. Bunlar çamaşır makinesinin saatlerce, saatlerce ve saatlerce dönmesini izleyen çocuklardır ve başka bir şey yapmaları için oradan uzaklaştırılırlarsa çığlık atıp değişime direnirler.

Bu, Daniel Tammet'in yaşadığı, Pi sayısının –22,514 adet ondalık basamağına kadar– *her zaman için aynı olduğu* dünyadır. Dizi rahatlatıcı ve güven vericidir, çünkü yüzde yüz öngörülebilirdir. Altıncı Seviyedeki insanlar değişimi o kadar zorlu bulurlar ki, ne pahasına olursa olsun ona direnir ve tamamen kontrollü bir evrende yaşarlar. Altıncı Seviyedeki hayatın kayda değer ödülü başka hiç kimsenin fark etmediği örüntüleri keşfetmenizdir. Böyle bir algı özgünlüğüne bazen, başkalarının daha önce pek çok kez bakmış olduğu bilginin aynısına bakıp da onların kaçırmış olduğu bir örüntüyü fark

etmek olarak tanımlanan "deha" denilebilir. Altıncı Seviyedeki hayatın büyük dezavantajı beklenmedik değişimle başa çıkılamamasıdır.[244] Bunlar, uzmanların otistik dedikleri insanlardır.

Altıncı Seviyedeki hayatın iki tane daha beklenmedik sonucu üzerine düşünün. Sistemleştirme Mekanizmanız en yükseğe ayarlıysa, sadece *gerçek* olan bilgiyle ilgilisinizdir. Gerçek, dünyada önemli olan tek şey haline gelir. (Hafif asidik toprağa ekilmiş bir ortanca açık mavi, fazla asidik toprağa ekilmiş ortanca koyu mavi taçyaprak mı açar?) Gerçek ne pahasına olursa olsun önemlidir. Bu yalnızca bitkilerin, taşların ve kayaların dünyasına değil, aynı zamanda insanların dünyasına da ilişkindir. Komşumun davranışları tutarlı mıdır? (yani, gerçek midir?) Sözcükleri eylemlerine uyar mı? (gerçek midir?)

Altıncı Seviyedeki insanlar başka insanların davranışlarını, cansız nesnelerin davranışlarını yargılarmış gibi sertçe yargılarlar. Olgular ya gerçektir ya yanlış. Grinin tonlarına yer yoktur. Altıncı Seviyedeki insanlar gerçeğe o kadar odaklanmışlardır ki ne kadar küçük olursa olsun birisi bir kuralı çiğnediğinde, kendi kendini tayin etmiş bir ahlak muhbirine dönüşürler. Eğer insanların yaptıkları ile onların dedikleri arasında en ufak bir sapma dahi varsa, insanları sahtekârlıkla suçlarlar. Sistemleştirme Mekanizmaları daha düşük seviyelere ayarlı insanlar kati olmayan durumlarla başa çıkabiliyorken, Altıncı Seviyede katiyet, bir sistemi tanımlayan şeydir. Altıncı Seviyede numaraya, mecazi dile, muğlaklığa ve gayesiz sohbete yer yoktur. Sadece olgulara yer vardır.

Altıncı Seviyede sıfır derece empatiyi meydana getiren budur. İnsanların dünyası hislerin egemen olduğu ve davranışların öngörülemez olduğu bir dünyadır. Birisinin nasıl hissettiği katiyetle belirlenebilecek bir şey değildir. Empati kurmamızın sebebi öteki kişinin nasıl hissediyor olabileceğine dair

kati olmayan bir yanıtı hoş görebilmemizdir (Belki biraz asık suratlıdır ya da kızgındır). Ve duyguların dünyası kuralsızdır. Fizik ve matematiğin dünyasının aksine, siyah ve beyaz, tutarlı kanunlar yoktur. Daha da kötüsü sosyal bir grup demek, sadece tek bir nesnel bakış değil, birçok farklı bakış açısı demektir. Empati eşzamanlı olarak farklı bakış açılarının ve sosyal bir etkileşimdeki yüksek hızda seyreden inişli çıkışlı duygusal durumların izini sürmeyi içerir.

Burada Sistemleştirme ve Empati Mekanizmaları arasındaki bağlantıyı görüyoruz: eğer yüksek dereceye ayarlı bir Sistemleştirme Mekanizmanız varsa, kısmen katiyete duyulan ihtiyaçtan dolayı, duygular gibi kuralsız fenomenlere daha az odaklanırsınız. Yüksek dereceye ayarlı bir Sistemleştirme Mekanizmasının sıfır derece empatiye giden ek bir yol olduğu ortaya çıkar. Sistemleştirme Mekanizmanız düşük dereceye ayarlıysa kati olmayan durumları hoş görebiliyorken, Altıncı Seviyede bu durum tam tersidir. Diğer insanların davranışları idrak edilebilirliğin ötesindedir ve empati imkânsızdır. Çalışma arkadaşı zangoç Michael'a, "Arkadaşımın cenazesine gitmem gerek," dediğinde, Michael sadece, "Tamam, ne zaman geri dönersin?" diye cevap verir.

Michael'ın soğukkanlı tepkisinin duyarsız olduğuna dair hiçbir fikri yoktu. Çalışma arkadaşını incitmek gibi bir niyeti yoktu ama basitçe, başka bir kişinin duygularına dair bir kavrayışa sahip değildi. Dikkate değer sistemleştirmenin dezavantajı, en açık durumu hislerin dünyası olan kuralsız fenomenlere karşı alakasızlıktır. O halde bu biçimin neden Sıfır-Pozitif olduğunu şimdi anlıyoruz. Zehirliymişçesine değişime gösterilen tepki ve sıfır derece empatinin etkisizleştirmesine karşın, örüntü sevgisi başkalarının kaçırdığı şeyleri görebilen bir zihni beraberinde getirebilir. Gerçekten de insanlık tarihindeki Sıfır-Pozitif insanların örüntülere dair öyle açık bir algısı olmuş olabilir ki bize müthiş müzik ve sanat

eserleri vermiş olmalarının yanı sıra fizik, matematik, kimya ve evrenin diğer yasalarının keşfine de kayda değer ve özgün yollarla katkıda bulunmuş olabilirler.[245]

JOE: KLASİK OTİZM

Bu kitabın başlarında empati kaybını, bir insana bir nesneymiş gibi muamele ettiğinizde meydana gelen şey olarak tanımlamıştık. Ama başkalarına nesne muamelesi yapan herkesin de zarar verme niyeti yoktur. Örneğin, klasik otistik insanlar sıklıkla başkalarına nesneymiş gibi davranırlar ama ben onları bile bile zarar verenlerle aynı gruba koymak istemiyorum. Klasik otizm, otistik tayfın Asperger Sendromu dışında kalan diğer büyük alt grubudur. Asperger Sendromu'nun Sıfır-Pozitif durumu olduğunu ileri sürdüm, peki klasik otizm de öyle midir?

1980'lerin başlarında otizm üzerine araştırmalar yapmaya başladığımda Baltimore'dan çocuk psikiyatristi Leo Kanner'ın, kliniğinden bir erkek çocuğunun bu yönünü vurguladığı yazıyı hatırlıyorum:

> Muhtemelen görmezden gelemeyeceği bir el ona doğru uzatıldığında, *bağımsız bir nesneymiş gibi* kısa bir süre için elle oynadı... Herhangi bir şekilde insanlarla en küçük bir alışverişi olduğunda, insanlara ya da daha doğrusu onların vücut kısımlarına *birer nesneymiş gibi* davrandı... Sanki insanları diğer şeylerden ayırt edemiyordu ya da ayırt etme konusunda bir endişesi yok gibiydi.[246] (italik kısımlar sonradan eklenmiştir.)

Bugün, otuz sene kadar bir süre geçtikten sonra, insanların başkalarına niçin nesne muamelesi yaptıklarını düşünürken aklım Kanner'ın klinik açıklamasına gidiyor. Bu çocukların çoğu başkalarına nesne gibi davranıyor ama neyse ki çoğu kez bu, hiçbir büyük zarara neden olmuyor. Sizi görmezden

gelebilirler veya size karşı kayıtsız görünebilirler ama zarar verme niyetleri yoktur. Ara sıra eğer arzularıyla aralarına girerseniz, tabii ki ben-merkezcilliklerinin kurbanı olabilirsiniz. Örneğin, Michael Blastland otistik olan kendi çocuğu Joe hakkında, "Benden bir şey istediğinde kendimi doğanın evrensel otomat satış makinesi, eğer yeterince sık basılırsa ihtiyacı karşılayacak olan, tüm arzulara giden büyük düğme olarak varsaymalıyım," diye yazmıştır.[247]

Bir otomattan fazlası değilmişsiniz gibi muamele görmek insana kendini nasıl hissettiriyordur acaba? Bir noktada bütün anne ve babalar çocuklarının onlara sanki her bir taleplerini karşılayacaklarmış, sanki anne babalarının kendi duyguları ya da ihtiyaçları yokmuş gibi davrandıklarını deneyimlemişlerdir. Ama otistik bir çocuktan farklı olarak, çoğu çocuk önünde sonunda ebeveyninin yorulmuş veya sinirli olduğunu ya da dinlenmeye ihtiyacı olduğunu da sezer. Can sıkma konusunda ne zaman duracaklarını bilirler. Bazı çocuklar ebeveyninin duygularını sezmede daha çabuktur. Otistik çocuklar maalesef tam da başka insanların duyguları olduğu gerçeğine kör olabilirler ki bu, başkasını dikkate almaksızın kendi arzularının peşinde koşmalarına sebep olabilir.

Bir gün Michael ve oğlu Joe bir alışveriş merkezinin asansöründelermiş ve asansöre bebek arabasındaki bebeğiyle beraber bir anne binmiş. Bebek ağlamaya başlamış ve Joe – herkesi şok ederek– sesini kessin diye bebeğe *yumruk* atmış. Michael kitabında soruyor:

> Tamamıyla yabancı birisine, bebeğine dünyadaki herkesten daha çok önem veren bu kadına, oğlunuzun biraz önce sebep olduğu acının kasıtlı, kötü bir davranış olmadığını, aksine 10 yaşındaki oğlunuzun başka bir insanın acı çekebileceği veya yumruk zarar görebileceği hakkında hiçbir fikri olmadığını nasıl açıklarsınız?

Michael'a göre Joe, bu küçük bebek dahil tüm insanlara bir nesneye davranıldığı gibi davranıyor. Eğer video oynatıcının sesi çok açıksa, sesi kısmak için bir düğme vardır. Eğer bebeğin sesi çok açıksa, sesi kısıp kısmadığını görmek için ona vurmayı denersin. Michael Joe'nun, kız kardeşinin canının yanmasına dair aynı ölçüde az bir farkındalıkla, bir oyuncağı ona nasıl da fırlattığını tarif ediyor. Ama Joe'nun psikopat olmadığı hususunda Blastland çok mantıklı bir açıklama yapıyor; ben de ona katılıyorum. Başkalarının duygularına dair bir farkındalıktan yoksun olması, onları bile bile incitmediği anlamına geliyor. Psikopatlar birilerini incittiklerinin farkındadırlar, çünkü "duygusal" unsur (başka birisinin duygularına verilen duygusal tepki) olmasa da, empatinin "bilişsel" (farkına varma) unsuru onların durumunda sağlamdır. Klasik ("düşük seviyede işleyen") otistik kişi genellikle empatinin bu iki bileşeninden de yoksundur.

Bu, bir kişiye nesne muamelesi yapılan bir noktaya varmak için ne denli çeşitli yollar olduğunu örneklerle açıklıyor. Joe bu bölümde karşılaştığımız bazı Asperger Sendromu örneklerinde belirgin olan "bilgin" yeteneklerine sahip olmayabilir, ama klasik otistik bir çocuk olarak onda bile detaya verilen mükemmel dikkat ve örüntü sevgisi bir an için görülebilir. Daha önce karşılaşmış olduğumuz piyanist Derek Paravicini'nin de konuşma dili çoğunlukla başkalarının ifadelerini tekrar etmekle sınırlı olduğundan, bariz müzikal dehası bir tarafa, kendi kendine yetebilme becerilerinin çoğunun oldukça sınırlı olmasından ve tamamıyla başkalarına bağımlı kalmasından dolayı, Asperger Sendromlu değil de klasik otistik olarak tanımlanmasının daha iyi olacağını da bir kenara not edelim. Yine de kilit nokta, otizm ve Asperger Sendromu arasında keskin bir ayrım olmadığından ikisini de Sıfır-Pozitifin potansiyel biçimleri olarak görmemiz gerektiğidir. *Potansiyel* diyorum, çünkü bir bireyin çok şiddetli öğrenme güçlükleri

varsa bu durum onun, kuvvetli sistemleştirmesinin bir yetenek olarak açığa vurulmasını önleyebilir.

SIFIR-POZİTİF OLMASAYDI, NEREDE OLURDUK?

Sıfır-Pozitif, empatiden ödün verilen ama örüntü-tanıma ve sistemleştirmenin daha gelişmiş olduğu, açık, özel bir durumdur. Bu durum şu soruyu ortaya çıkarıyor: Sistemleştirme Mekanizması'nın miktarı yüksek seviyelere çıkarılmış olmasaydı, şimdi *Homo sapiens* nerede olurdu? Muhtemelen bu kadar çok (belki de hiç) teknolojik icadımız olmazdı ve hâlâ endüstri öncesi ve bilim öncesi toplumlarda yaşıyor olurduk. Kuvvetli sistemleştirme, sadece insanların "Ne olurdu?" sorusunu sorabilmelerini sağlıyor. Yakın zamanda Discovery Channel'daki *Efsane Avcıları* programının, insanların "Ne olurdu?" sorusu sordukları bölümünü izledim; batmış bir kayığı sudan çıkarmak için sadece ping pong topları kullansaydık ne olurdu? Kayık yüzeye çıkar mıydı? Bu, tam da bilim insanlarının sormaktan hoşlandığı, saçma tarzda bir sorudur (Bu arada cevap, evet: 6 metre derinliğe batmış bir kayığı yüzeye çıkarmak için 25.000 adet ping pong topu gerekir). İnsanlar sistemleştirebildikleri için, kaykaylardan iPhone'lara kadar her çeşit teknolojimiz vardır. Sıfır-Pozitiflerde gördüğümüz bariz yetenek olmasaydı bunların hiçbiri var olmazdı. Toplumun teknoloji, müzik, bilim, tıp, matematik, tarih, felsefe, mühendislik ve diğer sistemleştirme alanlarında yenilikler getirenlere özel bir borcu vardır. Empati söz konusu olduğunda yetersiz oldukları gerçeği toplumumuzu daha Sıfır-Pozitif dostu yapmamız için bize başka bir sebep daha verir.

Böylece Sıfır-Pozitif olan insanların davranışlarında empati sorunları gösterdiğini ve beyinlerindeki empati devresinde anormallikler bulunduğunu gördük. Ayrıca düşük seviyedeki empatilerine rağmen, bu gruba dahil bireylerin başka insan-

lara karşı genellikle zalimce davranışlar sergilemediklerini gördük. Örneğin P-Tipi Sıfır-Negatif gibi değildirler. Çünkü, çoğu insan kendi ahlak kurallarını empati vasıtasıyla geliştirebilirken, bu bireyler sistemleştirme vasıtasıyla geliştirirler. Kurallara göre yaşamak için çok güçlü bir istek duyarlar ve *kurallara uymak* zorunda oldukları için başkalarının da aynısını yapmasını beklerler. James Blair, otizmdeki ahlaki gelişim açılarını tam olarak gösteren ilk kişilerdendi, fakat yeni kuramlar otistik insanlardaki aşırı-gelişmiş ahlaki kural yapısını, o kuralları esnetenlere karşı hoşgörüsüz olarak görüyor. Asperger Sendromlu insanlar genellikle kendisine haksızca davranılan birisini savunmak için ilk ortaya atılacaklardandır, çünkü bu davranış yalnızca kaba bir mantığa dayanarak inşa ettikleri ahlaki sistemi ihlal eder. Böyle olunca da Sıfır-Pozitif insanlar (Asperger Sendromlular) genellikle suçlular arasından değil, kolluk kuvvetleri arasından çıkar. "Pozitif" statülerini garanti ederler, çünkü aşırı derecede sistemleştirirler.

İlginçtir ki bu kişilerin aileleri de aynı profil özelliklerini sergilerler; bu da sonucun genetik olma ihtimalini artırır. Örneğin, otistik çocukların ebeveynleri başka insanların gözlerine bakarak ne düşündüklerini anlamakta biraz güçlük çekerler. Ayrıca diğer insanların yüzlerinden his ve düşüncelerini okurken beynin empati devresinin bulunduğu bölgelerde benzer şekilde normalin altında bir faaliyet görülür. Otistik çocukların kardeşleri yüz okuma[200, 209, 248, 249] esnasında otistik ve normal seviyenin arasında kalan orta düzeyde bir amigdala etkinleşmesi sergilerler; bu durum yine genetik faktörlerle ilgilidir. Mühendislik gibi sistemleştiren meslekleri icra eden ebeveynler arasında otistik çocuklara sahip olanların oranı normalin üstündedir.

Şimdiye kadar genetiğin rolünü sınırlı tutmuştuk, ama şimdi genlerin empatideki doğrudan rolünü inceleme zamanı geldi.

Bölüm 5

Empati Geni

Neden bir insan Sıfır-Negatif olurken bir diğeri Sıfır-Pozitif olabilmektedir? Sıfır-Negatif, bir bireyin Bölüm 2'de karşılaştığımız o empati eğrisinin tamamen sol tarafına denk gelmesiyle ortaya çıkar. Bu bize, oraya nasıl denk geldikleri hakkında daha derin bir bilgi vermez. Sıfır-Negatiflik durumunun çevresel ihmalden kaynaklanabildiğini biliyoruz, öyle ki "içsel mükâfat" bile bitmiş oluyor. Ama ihmale uğrayıp da mükemmel empatileri olan insanların varlığıyla beraber ihmale *uğramayıp* Sıfır-Negatif olan insanların varlığı, bu tarz çevresel etmenlerin empatinin sıfır derecesine sebep olmada ne yeterli ne de gerekli olduğunu göstermektedir.

Örneğin P-Tipi Sıfır-Negatifi ele alalım: Bölüm 3'te, bir psikopatın ortaya çıkmasında aile sorumlu tutulabilse de sonuç hakkında tam bir kestirimde bulunmak mümkün olamadığından aile ortamının tamamen belirleyici olmadığı üzerinde durduk.[250] Yani empatik, otoriter olmayan, çocuklarıyla iletişimi makul olan ebeveynler vardır ve yine de çocuklarının bir psikopat olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun tersi olarak, hepimiz zorlu bir ortama rağmen iyi gelişmiş bireyler tanıyoruz.

Dante Cicchetti, Pittsburgh'un en fakir, en tehlikeli semtlerinden birinde büyümüştü ama sonunda Minnesota Üniversitesi'nde gelişim psikopatolojisi profesörü oldu. 1980'lerde onu araştırma merkezinde ziyaret ettiğimde bana hayatta olduğu için şanslı olduğunu söylemişti. Çocukken akranlarının çoğu uyuşturucu kullanmak, çete kurmak gibi suçlardan ya hapse girmişler ya da ölmüşler. Dante, James Blair'ın "tehlikeli ve kriminojenik" diye adlandırdığı bir çevrede büyümenin sizi siz yapan şeyi tamamen belirlemediğinin bir kanıtıdır. Araştırmalarında o ve arkadaşları istismar ve ihmale maruz kalmış çocukların %80'inde sonradan "düzensiz bağlanmanın" ortaya çıktığını bulmuşlar.[251] Ama bir psikopat ortaya çıkarmak için şüphesiz acımasız bir ortamdan daha fazlasına ihtiyaç vardır. Genetik bir unsur da olmalıdır.

Bu yüzden bu bölümde çevresel etmenlerin empati genleriyle *etkileşim*e girdiğine dair yeni bulguları keşfediyoruz. Tabii ki anahtar kelime bu "etkileşim" sözcüğüdür. Genler bir çevrede her zaman bulunduklarından ve erken dönem tecrübenin önemine dair bir yığın kanıt görmüş olduğumuzdan, umarım bu kitap empatinin tamamen genetik olduğunu iddia ediyormuş gibi anlaşılmaz. Aynı ölçüde, genler empati gibi yüksek seviye bir yapıyı kodlayamayacaklarından dolayı "empati genleri" ifadesini tırnak işareti içinde vermek zorundayım. Mutlu bir halde uzun vadeli etkilerden bihaber olan genler sadece proteinlerin üretimi için körlemesine kodlama yaparlar.

Ama bu bölümde bazı genlerin çeşitli empati kriterlerine dair puanınızla ilişkili olduğunun kanıtını inceliyoruz. Bu yerinde uyarılara rağmen, bazı insanlar böyle bir görüşün belirleyici çıkarımlarından korktukları için, empati genleri fikrine endişeyle bakacaklardır. Bu okuyuculara, sadece genlerin tek başına değil, erken dönem çevre koşullarının da belirleyici olduğunu hatırlatırım. Ve onlara sorarım: bu tarz genetik

kanıtları sırf bizi rahatsız ettikleri için hasıraltı mı etmeliyiz? Bölüm 1'de gördüğümüz gibi, insanların nasıl olup da birbirlerine korkunç şeyler yapar hale geldiklerini anlama arayışımızda sadece dünya görüşümüze uyan parçalara değil, *tüm* bulgulara bakmamız gerekir.

Sıfır-Pozitif durumunun sebebi elbette farklıdır. Bölüm 4'te gördüğümüz üzere, böyle bireyler için empati eğrisinin *aşağısına* kaymak aynı zamanda sistemleştirme eğrisinin *yukarısına* çıkmak demektir. Yani, sistemleştirmenin yüksek seviyelerini sergilediklerinden yalnızca sıfır derece empati sergilemezler. Onları sıfır derece empatiyle bırakabilen genler ayrıca onları uç noktada sistemleştirmeye uygun hale getirirler. Bu yüzden Sıfır-Pozitif ve Sıfır-Negatif durumlarını farklı genlerin ürettiği kararına varmak mecburiyetindeyiz. Bir insanı Sıfır-Negatif veya Sıfır-Pozitif yapmak üzere empatiyi tüketebilen farklı genleri gözden geçirmeden önce, ilk olarak bu gibi neticelerin genetik olduğunun en büyük işaretini gözden geçirmeliyiz.

İKİZLER

Eğer bir özellik ya da davranış kısmen de olsa genetikse, onun ikizlerde ortaya çıkan imzasını görmeliyiz. Kilit karşılaştırma, tek yumurta ikizleri (monozigot ya da MZ) ile çift yumurta ikizleri (dizigot ya da DZ) arasındadır. Eğer söz konusu özellik tek yumurta ve çift yumurta ikizleri arasında fazla farklılık göstermiyorsa, genlerin o davranışta varsa da çok az rolü olduğu sonucunu çıkarmak mecburiyetinde kalırız. Bunun sebebi tek yumurta ve çift yumurta ikizlerinin birbirlerinden *genetik* olarak oldukça farklı olmalarıdır: Çift yumurta ikizleri genetik olarak herhangi bir kardeş çiftinden farklı değilken (ortalama olarak genlerinin %50'sini paylaşırlar), tek yumurta ikizleri genetik olarak kopyadırlar (genetik olarak özdeştirler, dolayısı ile genlerinin %100'ünü paylaşırlar).

Tek yumurta ve çift yumurta ikizleri *çevresel* olarak birbirlerine oldukça benzerdir; aynı yaştadırlar, genellikle aynı ailede büyürler. Başka bir deyişle, söz konusu özellik ya da davranışın tek yumurta ikizleri arasında, çift yumurta ikizleri arasında olduğundan daha büyük bir karşılıklı bağıntı sergilediğini keşfederseniz, o zaman genlerin iş başında olduğu anlaşılabilir.

İkizlerdeki empati üzerine yapılmış çalışmaların neredeyse hepsinde, çift yumurta ikizlerine oranla tek yumurta ikizlerindeki empati kriterlerinde daha büyük bir karşılıklı bağıntı bulunmuştur.[252-254] Bir örnek olarak, ikizler üzerine yapılmış bir çalışmadan yola çıkarak, duygusal empatinin kalıtsallığının (yani, duygusal empatideki çeşitlemenin ne kadarının genetik olduğunun) %68 olduğu tahmin edilmektedir. Bu, oldukça yüksek bir orandır. Aksine, "zihin teorisini" (ya da bilişsel empatiyi) inceleyen bir çalışmada çevresel etmenlerin genetik etmenlere oranla baskın olduğu izlenimini uyandırarak, tek yumurta ve çift yumurta ikizlerinin oldukça benzer oldukları bulunmuştur.[255] Yine de daha sonraki bir çalışma bunun aksini göstermiştir.[256]

Empatiye çevresel ve genetik katkıların tam olarak ne kadar büyük oldukları üzerine yapılan tahminler, empatinin nasıl ölçüldüğüne bağlı olarak farklılık gösterir. Örneğin, ikizler üzerine yapılan bazı çalışmalarda ölçüm için bir anket kriterleri kullanılırken, bazılarında da gözlem kriterleri kullanılır. Çok küçük yaştaki ikizlerle yapılan çalışmalarda gözlem kriterlerinde bir anneden bavulunu kapattığı sırada parmağını sıkıştırmış gibi yapması istenilir ve bu esnada çocuğun tepkisi kaydedilir. Gözlemsel metot kullanılarak yeni yürümeye başlayan çocuklarda yapılan çalışmalar, empatinin güçlü bir genetik bileşeni olduğunu göstermiştir.[257, 258] Gözlemsel metotlar "duygusal empatiyi" (karşılık veren bileşeni) ölçme konusunda daha başarılıdır ve empatinin iki ana bileşenin-

den (bilişsel empati/duygusal empati) biri olan duygusal bileşende daha büyük bir genetik katkı olabileceği izlenimini uyandırır. İkizlerle yapılan çalışmalar, duyguları yansıtma ve nakletme güçlüğü olgusunda da (aleksitimi) kalıtsallık olduğunu göstermiştir.[259]

P-Tipine istinaden, ikizler üzerine Psikopatik Kişilik Envanteri (soru formu) kullanılarak yapılmış olan bir çalışmada (kimisinin "Makyavelci benmerkezcilik" kimisinin ise "katı yüreklilik" dediği) belirli ölçeklerin orta derecede kalıtsallık gösterdiği bulunmuştur. İkizler üzerine İngiltere'de yapılan bir çalışmada, yedi yaşında gösterilen psikopatik eğilimlerin duyarsız ve duygusuz bileşeni daha da büyük bir kalıtsallık göstermiştir.[260, 261] Evlat edinilmiş çocuklarla yapılan çalışmalarda "antisosyal davranışların" kalıtsal olduğunu gösteren işaretlerin aynıları bir kez daha görüldüğünden, genlerin önemini görmek için ikizler tek "doğal deney" kaynağı değildir.[262]

Bir çocuk genetik olarak alakasız, farklı bir çevrede yetiştirilmiş olmasına rağmen onu "evlat edinen ebeveyne" nazaran "biyolojik ebeveynine" daha çok benziyorsa genler açıkça etkilerini göstereceğinden, evlat edinme bilim insanları için genlerin ve çevrenin etkilerini ayırmada başka bir fırsat sunar. P-Tipi ikizleriyle yapılan çalışmalara istinaden, bunların hiçbiri %100 kalıtsallık göstermez, ama genetik bileşen yine de önemlidir (en yüksek tahmin %70 civarındadır). Bunun anlamı, bir psikopat olmak ya da bazı psikopat "özelliklerinin" geliştirilmesi için hâlâ çevresel bir katkının söz konusu olduğudur. "Doğru" çevrede, psikopatiye genetik yatkınlığı olan kişi bu davranışları sergileyebilir.

N-Tipi ya da B-Tipinde de genetik bir imza gözümüze ilişir mi? Bugüne kadar N-Tipi ikizler üzerinde herhangi bir çalışma yapılmamıştır; literatürde doldurulması gereken bir boşluktur bu. B-Tipleri üzerinde yapılan çalışmalar, sınırda

kişilik bozukluğuna sahip olanların kardeşlerinin ve ebeveynlerinin de B-Tipi olma ihtimalinin normalden *on* kat daha büyük olduğunu gösterir.[104, 263-269] Ailelerle yapılan çalışmalar (ikizlerle ve evlat edinilmiş kişilerle yapılan çalışmalarının aksine) bize çevresel etmenleri genetik etmenlerden ayırma fırsatını sağlamaz ve böylece ailelerle yapılan çalışmalardan çıkartabileceğimiz tüm sonuç Sıfır-Negatifin bu şeklinin "ailevi" olduğudur (aileden geldiğidir). Yine de B-Tipi ikizlerde yapılmış bir çalışma, tek yumurta ikizlerinde (%35), çift yumurta ikizlerine (%7) oranla daha yüksek bir "uyuşma" göstermiştir. "Uyuşma" karşılıklı ilişki için süslü bir sözcüktür ve ikizlerden birinde bir durum (örneğin, Sınırda Kişilik Bozukluğu) görüldüğünde, öteki ikizde de o durumun ne sıklıkta görüldüğünü saydığınız zaman kullanılır. Her ne kadar %35'e karşı %7 ufak bir fark gibi gözükse de, bu bize sınırda kişilik bozukluğuna sahip olmanın aslında son derece kalıtsal olduğunu söyler. Borderline riskinin yaklaşık %70'i genetik etmenlerle açıklanabilir.[270, 271] Böylece, belirgin çevresel etkilere rağmen (özellikle istismar ve ihmal), borderline olmak için öncelikle bireyin bazı genetik yatkınlıkları olması gerekir.

Ya Sıfır-Pozitifin genetik imzası? Aileler üzerinde yapılan çalışmalar otistik ya da Asperger Sendromlu (Sıfır-Pozitif) insanların kardeşlerinin ve ebeveynlerinin de ortalamadan daha yüksek seviyede otistik özellikler sergilediklerini göstermiştir.[200, 248, 249, 272-274] Böylece Sıfır-Pozitifin ailevi olduğu gözümüze çarpabilir. Bu, hem Empati Katsayısı (EQ) gibi değerlendirme anketleri hem de fotoğraflardan duygu tanımayı ölçen psikolojik testleri kullandığınızda veya bu tarz görevler esnasındaki beyin etkinliğini ölçtüğünüzde geçerlidir.[200, 249] Aynı ölçüde, Sıfır-Pozitif ikizlerde yapılan çalışmalar otistik özellik ölçümlerinde tek yumurta ikizlerinin, çift yumurta ikizlerinin sergilediklerinden daha yüksek karşılıklı ilişki sergilediklerini gösterir.[275-277] Bu nedenle empati genlerine dair bu kadar bul-

gu göz önünde bulundurulduğunda, Sıfır-Negatif mi yoksa Sıfır-Pozitif mi olacağınızı belirleyen genler hangileridir?

SALDIRGANLIK GENLERİ

Bazı bilim insanları empati genleri çalışmalarını serotonin nörotransmitterini etkileyen genler üzerine yoğunlaştırdılar. Bunun sebebi sinapstaki yüksek miktarda serotoninin saldırganlıkla bağlantılı olması ve yine serotonin reseptörlerinin faaliyetleri arttığında bunun, serotonini sinapslardan temizlemesi ve saldırganlığı azaltmasıdır.[278] Serotonini (ve dopamin, noradrenalin ve adrenalin gibi diğer nörotransmittleri) temizlemekle alakalı genlere bir örnek, MAOA (monoamin oksidaz-A) genidir.

Şimdi burada ilginç bir kısım var. Bu genin birkaç biçimi vardır: birisine MAOA-L denir, çünkü bu genin taşıyıcıları anahtar enzimden düşük (low-L) seviyelerde üretirler. Genin öteki biçimine MAOA-H denir (çünkü bu genin taşıyıcıları aynı enzimden yüksek (high-H) seviyelerde üretirler). MAOA'nın düşük seviyeleri genellikle sinapslarda yüksek seviyelerde nörotransmitter bulunduğu anlamına gelir. Beklendiği üzere, MAOA-H biçimine sahip insanlar daha az saldırgandır. MAOA-L biçimine sahip olan insanlar savaşçı kültürlerde çok görülür (Yeni Zelanda'daki Maoriler gibi). Bu nedenle, tartışmalı olarak bu gene "savaşçı geni" denir. Bu genin çevresel etmenlerle etkileşime giriyor olduğu sizi şaşırtmayacaktır. Örneğin Avshalom Caspi, genin MAOA-L biçimine sahip olan istismara uğramış çocuklarda, MAOA-H biçimine sahip olanlara kıyasla antisosyal davranış bozukluklarının ortaya çıkma ihtimalinin daha yüksek olduğunu bulmuştur.[279, 280]

Hayvanlarda yapılan araştırmalar bunu desteklemektedir. MAOA geni çıkarılmış olan erkek fareler daha fazla saldırgan

davranış sergiler. İnsanlardaysa, MAOA geninin mutasyonuna sahip Hollandalı bir ailenin erkek üyeleri yüksek seviyede saldırganlık göstermişlerdir. Ve beyin görüntüleme MAOA-L taşıyıcılarında amigdala ve anterior singulatın (empati devresindeki iki kilit bölge) daha küçük olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca genin bu versiyonunun taşıyıcıları yüz ifadelerini eşleştirirken artmış amigdala ve azalmış anterior singulat faaliyeti gösterir.[281, 282]

DUYGU TANIMA GENLERİ

En azından üç adet genin, beyninizin duygusal ifadelere verdiği tepkileri etkilediğini biliyoruz. Görmüş olduğumuz üzere de duygu tanıma empatinin kilit noktalarındandır. Hangi çeşidine sahip olduğunuza bağlı olmakla birlikte serotonin taşıyıcı gen (SLC6A4) amigdalanızın korku dolu yüz ifadelerine ne kadar tepki vereceğini etkiler (yine de yapılmış çalışmaların tümü bunu teyit etmemektedir).[283, 284] Diğer benzer nörotransmitterlerin kullanılabilirliğini ayarlayan genler de (örneğin, dopamin) amigdalanın korkmuş ifadeli yüzlere verdiği tepkiyi etkiler.[285-287] Amigdalanın empati devresinde temel bir bölge olduğunu anımsayın. Bununla beraber, (otizmle bağlantılı olan) *arginin vazopressin reseptör 1A* geni de (AVP-R1A) amigdalanızın korku ya da öfke sergileyen yüzlere ne kadar çok tepki gösterdiğini etkiler.[288]

Üçüncü gen bizim laboratuvarımızda keşfettiğimiz bir gendi. O yüzden size hikâyesini anlatayım. Pek çok araştırma mutlu yüzlere bakmanın faydalı olduğunu göstermektedir. Tıpkı yemeğe ya da güzel manzaralara bakmayı sevdiğimiz gibi, mutlu yüzleri faydalı buluruz. Sekiz haftalıktan itibaren normal bir bebeğin mutlu bir yüze gülümsemesinin (buna "sosyal gülümseme" denir) gösterdiği üzere bu, bebeklikten başlayan bir durumdur. Ayrıca faydalı bir şeyi deneyimlerken

etkin olan iki adet temel beyin bölgesi olduğunu biliyoruz: striatum ve gri madde.[289, 290] Dolayısıyla mutlu yüzlere baktığımızda aynı beyin bölgelerinin etkin olması sürpriz değildir.[291]

Eski doktora öğrencim Bhismadev Chakrabarti, striatumun mutlu yüzlere ne kadar çok tepki verdiğini etkileyebilen genlerin var olup olmadığını öğrenmek istedi. Ne de olsa, insanları izlemeyi ne kadar sevdiğimiz konusunda bireysel farklılıklarımız olduğunu hepimiz biliyoruz. Böylece ödüle nasıl tepki verdiğimizle ilişkili olduğu önceden bilinen bir geni seçti. İsmi *kannabinoid reseptör geni 1*'dir (veya CNR_1). Bu gen, beynin bir ödül sistemi olan striatumda kuvvetli bir şekilde dışavurulmuştur.[xxxvi] Gen, ismini bir uyuşturucu olan esrardan (cannabis veya kenevir olarak da bilinir) alır, çünkü ürettiği protein esrar için beyindeki ana hedeftir. Bu reseptördeki bireysel farklılıklar bir bireyin esrarı ne kadar faydalı bulacağıyla da ilişkilidir (Bazı insanlar esrar içtiğinde bunun onlara hiçbir etkisi olmazken, kimisi esrar içmeyi hoş, kimisi de nahoş bulur). Bhisma'nın, bu genin sahip olduğunuz varyasyonunun mutlu yüzlere bakarken striatumunuzun ne kadar etkin olduğunu etkilediğine dair zekice fikrini test etmek amacıyla MR cihazı içindeki herkesten DNA örnekleri aldık. Beklenildiği gibi bu tahmin doğrulandı.

Bu üç gen bize genetik yapınızın, beyninizin diğer insanların duygularına verdiği tepkiyi nasıl değiştirebileceğinin çok açık örneklerini verir.[291, 292] Bunların duygu tanımlamayı etkileyen yegâne genler olmaları oldukça düşük bir ihtimaldir ama en azından empatinin bu yönüyle ilişkili genlerin var olduğunu gösterme açısından yeterlidirler.

EQ İLE İLİŞKİLİ GENLER

2009 yılında Bhisma ve ben ikinci genetik deneyimizi tamamladık. Empati Katsayısı (EQ) Testinde hangi genlerin

bireysel farklılıklarla ilişkili olduğunu bulmak istedik. Genel nüfusun içinden yüzlerce insana EQ testini uyguladık ve Bölüm 2'de gördüğümüz üzere, çan eğrisi (ya da "normal") dağılımı gözlemledik; empatide bazısı düşük, bazısı orta ve bazısı da yüksek puan aldı. Bu dağılıma "normal" denir, çünkü bu bireysel farklılıklar tıpkı bir topluluktaki kişilerin boylarının farklı olması gibi normaldir. Büyük soru şuydu: Bazı olası "aday" genleri seçersek, bu genlerin herhangi birindeki varyasyonlar EQ puanlarındaki varyasyonla ilişkili olur muydu?

Gen avı riskli bir iş olduğundan empati genlerini teste tabi tutmak için gittiğimiz yol hakkında kısa bir arasöz etmeye değer. İnsan genomunda tahminen 30.000 gen olduğu göz önünde tutulursa, gen avcılarının uygulayabileceği iki strateji vardır: maliyeti yüksek bir iş olan "tam bir genom taraması" (yani, 30.000 genin hepsini teste tabi tutmak) veya (kişi ve gen başı masraf yapmanızdan ötürü) biraz daha düşük maliyetli olan olası "aday" genleri teste tabi tutmak. Esasen, bu strateji seçimi balıkların nerede olacağını bildiğiniz belirli bir varsayımınızın olmadığı (ve böylece nehir boyunca dip oltanızı düzenli noktalara "gelişigüzel" attığınız) bir balık avı ile (balıkların muhtemelen nehrin belirli bir noktasında toplanacağını bildiğiniz) oldukça yönlendirilmiş "varsayım-güdümlü" bir balık avı arasındaki farktan ibarettir. Biz bu varsayım-güdümlü, aday gen yaklaşımını seçtik.

Bir sonraki soru hangi adayların seçileceğiydi. Bu, riski yüksek bir stratejidir çünkü doğru bir seçim yaparsanız turnayı gözünden vurmuş olursunuz, ama talihsizlik eseri yanlış bir seçim yaparsanız girmiş olduğunuz tüm zahmete rağmen birtakım önemsiz (ve bu nedenle de can sıkıcı) sonuçla karşılaşırsınız. Bhisma ve ben stratejimizi planlamak için oturduk. Ben, seks hormonlarıyla (testosteron ve östrojen) ilişkili bir grup gen için pek hevesliydim ve Bhisma'yı bunun denemeye

değer olduğuna ikna ettim. Başlıca gerekçem empatinin psikoloji seviyesinde cinsiyetler arası açık farklılıklar gösteriyor olmasıydı. Örneğin, kız çocukları ve yetişkin kadınlar, erkek çocukları ve yetişkin erkeklere oranla EQ testinde daha yüksek puan alırlar; farklı kültürlerde de bulunmuş olan ve son kitabım *The Essential Difference*'da ele aldığım bir sonuçtur bu.[12, 15, 17, 293]

İkinci gerekçem empatinin beyin seviyesinde oldukça belirgin cinsel farklılıklar sergiliyor olmasıydı: Kadınlar yüzlerdeki duygusal ifadeleri okurken empati devrelerinin birçok bölgesinde daha fazla etkinlik gösterirler.[249] Yakın zamanda erkek ve kadın beyinleri arasındaki yapısal farklılıklar üzerine yapılmış bir araştırma, cinsiyetler arasında farklılık gösteren pek çok beyin bölgesinin, empati devresinin parçalarıyla örtüşen amigdalayı ve "ayna nöron sistemini" de içerdiğini göstermiştir.

Seks hormonlarını düzenleyen genleri teste tabi tutmak istemek için bir gerekçem daha vardı. Anneleri amniyosentez yaptırmış olan Cambridgeshire'daki yaklaşık beş yüz çocuğu son on yıl boyunca izledik. Amniyosentez, klinik sebeplerle uygulanan ve hamilelik sırasında bir miktar amniyotik sıvı çekmek için annenin rahmine uzun bir iğnenin sokulduğu bir uygulamadır. Amniyotik sıvı içindeki, erkek hormonu diye de adlandırılan testosteron miktarını ölçmek için annelerin iznini istedik, çünkü erkekler bu hormonu kadınların ürettiğinden çok daha fazla üretirler. Fetus tarafından doğumdan önce ne kadar az testosteron üretilirse ("fetal testosteron"), Empati Katsayısı Testi'nin (EQ) çocuk versiyonunda o kadar yüksek puan alındığını bulduk. Bu yüzden bu hormon gelişmekte olan insan beyninin empati devresini şekillendirmeyle alakalıymış gibi göründü.[xxxvii]

Tüm bu sebeplerden ötürü seks steroid hormonlarıyla alakası olduğu bilinen genleri seçtik.[xxxviii] Takımımızı, tıbbi ge-

netik araştırmalarda dünya çapında iki uzman olan Lindsey Kent ve Frank Dudbridge'i katarak genişlettik. Bhisma araştırmamıza, bizim kabaca "sosyal-duygusal davranış" genleri dediğimiz ikinci bir grup geni dahil etmemizi istedi. Bu, CNR_1 geni hakkında daha fazla şeyi ortaya çıkarmak içindi, ama ayrıca diğer insanlara karşı kendinizi ne kadar yakın hissettiğinizi etkileyen başka genlerin de olabileceği fikrini teste tabi tutmak da amaçlardan bir tanesiydi. Oksitosin isimli bir başka hormonla ilişkili böyle bir gen vardır. Bir tarla faresi türü erkeklerinin (kürklü bir kemirgen) daha az sosyal (ve büyük ihtimalle çok eşli) ve başka bir tarla faresi türü erkeklerinin daha çok sosyal (ve büyük ihtimalle tek eşli) olduğu keşfedildiğinden beri medyanın oksitosin üzerindeki ilgisi oldukça fazla olmuştur. Beyinlerindeki oksitosin ve vazopressin dışavurumundaki olağanüstü fark bir yana, bu iki tür büyük oranda özdeştir.[296-298] Oksitosinin bu kadar gündemde olmasının bir diğer sebebi de, burnunuzdan soluduğunuzda ve böylece doğrudan beyninize gittiğinde veya kanınıza enjekte ettiğinizde, duygu tanıma ve empati testlerindeki puanınızı artırmasıdır.[299, 300]

Popüler basında oksitosinin çeşitli isimleri vardır. Ona bazen "aşk hormonu" denir, zira orgazmı dahil yakın fiziksel temas esnasında salgılarız. Bazen de "güven hormonu" olarak anılır, çünkü oksitosin seviyenizi artırırsanız, bir yabancıya ne kadar borç vermeye razı olduğunuz vasıtasıyla ölçülmüş olduğu üzere, diğer insanlara karşı daha cömert olmaya meyilli olursunuz.[301, 302] Ve son olarak "bağlılık hormonu" olarak da anılır, çünkü emzirme sırasında salgılanır ve yeni anne olmuş kişilerde anneleri yavrularına, yavruları da annelerine âşık olmaya sevk eden mutluluk duygusunu düzenler.[303] Bu yüzden örneğin hem oksitosinin hem de onunla yakından ilişkili olan peptit hormon arginin vazopressin'in (AVP) sentezi ve reseptörleri ile alakalı genleri teste tabi tuttuk.

Sırf (otizm ve Asperger Sendromlu) Sıfır-Pozitif bireylerin beyinleri üzerine yapılan araştırmalar sinir hücrelerinin (nöronların) bağlanma şekliyle ilgili atipik örüntüleri ve doğum sonrası dönem gelişiminde otistik beynin ne kadar hızlı büyüdüğünü ortaya çıkardığı için, son olarak kabaca "sinirsel büyüme" adını verdiğimiz şeyle alakalı bir grup aday geni seçtik.

Genotipleme gerçekleşirken nefesimizi tutmuş bir halde bekledik ve bu iş için harcamış olduğumuz değerli zaman ve paranın boşa gidip gitmeyeceğini merak ettik. Sonuçlar belli olmaya başladığındaki heyecanımızı tasavvur edin: Teste tabi tutmuş olduğumuz altmış sekiz aday genden dördü, EQ ile *son derece* kayda değer bir ilişki sergiledi! Bu genlerden birisi seks steroid grubundaydı ($CYP_{11}B_1$). WFS_1 denilen ikinci bir gen ise sosyal-duygusal davranışlarla ilişkili gruptaydı.[xxxix] EQ ile ilgili üçüncü ve dördüncü genler sinirsel büyüme grubundaydılar: $NTRK_1$[xl] ve $GABRB_3$.[xli]

Böylece toplamda empati için dört adet gen bulmuştuk.[304] İşlevlerinin empati üzerinde nasıl bir etkisi olduğunu anlamak amacıyla yapılan gen araştırması büyük bir sıçrayış olduğu için, tabii ki bu sadece ilk adımdı. Ama sonuçta başlangıç başlangıçtır.

OTİSTİK ÖZELLİKLERLE İLİŞKİLİ GENLER

Bhisma ve ben, genel nüfus içerisinden olan gönüllülerin sadece EQ testini değil, aynı zamanda ne kadar çok "otistik özellik" sahibi olduğunuzun bir ölçüsü olan Otizm Spektrum Katsayısı testini (AQ) de doldurmalarını isteyerek tedbirimizi aldık. Bunun sebebi daha önceki çalışmalarımızın bunun da bireysel farklılıklarla dolu olduğunu göstermiş olmasıydı: Bazı insanlar daha az otistik özellik sahibi olarak düşük, diğerleri nüfus içerisinde ortalama seviyeye girecek şekilde ve

bazıları da kendilerine herhangi bir teşhis konmuş olmasa da yüksek puan alıyorlar. Bölüm 4'te görmüş olduğumuz gibi, otistik özelliklerin hepsi de negatif değildir.

Kısıtlı empati sosyal güçlüklere sebep olurken, detaylara gösterilen kayda değer bir dikkat, küçük bir konuya saatlerce konsantre olabilme kabiliyeti, o konuyu oldukça *sistematik* bir şekilde anlayabilme pozitif bir şey olabilir ve empatiyle sosyalleşmedeki göreli güçlüklere rağmen, belirli alanlarda bireyin gelişmesine öncülük edebilir. Eğer sosyal olmayan bir akademik alanda (matematik, bilgisayar bilimleri, mühendislik ya da fizik gibi), pratik bir iş kolunda (araba bakımı, harita yapımı ya da demiryolu zaman çizelgesi oluşturma gibi) veya sanat ya da el sanatı eseri yapımında (çizim, model ya da tasarım yapımı gibi) gelişim gösteren biriyseniz, uygun bir konuma yerleşip bir teşhis konmadan hayatınızı geçirebilirsiniz. Bu sebeple genel nüfus içerisinde otistik özelliklerle ilişkili genler bulabiliriz.

O halde aday genlerimizden herhangi birisi AQ ile belirgin bir ilişki gösterir mi? Yalnızca AQ ile ilişkili dört tane daha gen vardır: nörolojin genlerinden biri olan $NLGN_4X$, beyin örüntülemeyi düzenleyen homeobox genlerinden biri olan $HOXA_1$, nörojenezle alakalı bir gen olan $ARNT_2$ ve ayrıca daha önce söz ettiğimiz gene benzer, bir monoamin oksidaz geni olan MAOB.

Son olarak, aday genlerimizden herhangi birisinin Sıfır-Pozitif olmakla (Asperger Sendromu teşhisi konmuş olmakla) kuvvetli bir ilişkisi olup olmadığına baktık, altı tane genin bununla ilişkileri olduğunu bulmamız bizi heyecanlandırmıştı. Bunların içinde üç tane seks steroid geni vardı: ESR_2 (östrojen reseptörlerinden biri), $CYP_{17}A_1$ (kadınların adet döngülerinde düzensizliklere sebep olan anormallikler) ve $CYP_{11}B_1$ (kolesterolden testosteron üretimini katalize eden ve empatiyle de bağlantılı olan genlerden biri). Ayrıca $ARNT_1$

ve (empatiyle de bağlantılı olan) $HOXA_1$'in yanı sıra oksitosin geni de (OXT) vardı.

Bu, bize bazı genlerin yalnızca EQ'yu etkilediğini anlatırken, bazılarının yalnızca AQ'yu, bazılarının da yalnızca Sıfır-Pozitif durumlarını veya bunlardan birkaçını birden etkilediğini söyler. Böyle bir genetik çalışma, araştırmalarla ilgili daha çok soru ve daha fazla gidilecek yol ortaya çıkarır.[xlii]

KONUDAN BİR ADIM UZAKLAŞARAK DÜŞÜNMEK

Bu bölümde ele aldığımız genler kesinlikle empatide bir rolü olduğu ortaya çıkan genlerin listesinin tamamını oluşturmuyor. Şüphesiz keşfedilecek daha çok şey var ve yukarıdakilerin bir kısmı bağımsız tekrarlama yönünden zamana yenik düşebilir. Ama yukarıdaki liste empati genlerinin ve hem Sıfır-Negatif hem de Sıfır-Pozitifin bazı biçimlerinin genlerinin keşfediliyor olduğunu göstermesi açısından tatmin edicidir.

Yine de bu bölüme başlarken uyarıları tekrarlamak önemlidir. Sıfır derece empati sahibi olma sorumluluğunu genlere veya çevreye yüklemek cazip görünse de, bu durum açıkça iki etmenin karışımının bir sonucudur. Örneğin, anoksi (oksijen kıtlığı) sonucu zor bir doğumla dünyaya gelmiş olan bebeklerin Davranım Bozukluğu geliştirme, suç işleme ve yetişkinliklerinde şiddete meyilli olma riski daha yüksektir. Ufak anomalili (örneğin, düşük kulaklara sahip olan) erkek çocuklarının, özellikle istikrarsız bir evde yaşıyorlarsa sonradan şiddet içeren suçları işleme riski daha yüksektir.[306] Düşük kulak genetik sebeplerden, annenin hamileliği esnasında enfeksiyon kapması veya kanaması olmasından dolayı ortaya çıkabilir ve bu, hamileliğin erken döneminde bebeğin sağlık durumunun çok da iyi olmadığını gösterir. Bunlar, aile çevresindeki istikrarsızlıkla çakışırlarsa bir çocuğun şiddete meyilli (ve bu yüzden de empatide düşük seviyede) olma riskini

artırır. Örneğin, Danimarka'da yapılmış olan bir araştırmada erkek çocuklarının yüzde 4'ü, hem zor bir doğum, hem de anne tarafından reddedilme yaşamıştır, ama yine de yetişkinliklerinde şiddet suçlarının %18'ini onlar işlemiştir.[307] Bir kez daha, (bu durumda bir doğum travması olan) biyolojik ve (bu durumda tükenmiş bir "içsel mükafat" olan) psikolojik etmenlerin karmaşık etkileşimini görmekteyiz.



DİĞER HAYVANLARIN DA EMPATİSİ VAR MIDIR?

Şimdi, diğer hayvanlar empati belirtilerinin bazılarına en azından daha basit formlarda sahipler mi diye sormak için insanlardan da bir adım uzaklaşabiliriz. Madem zaman içinde gelişmiş özelliklerin tipik ara formları hayvan krallığının içinde görülebiliyor, eğer empati kısmen genetikse buna sahip olmalıdırlar. İnsanlarda, empatinin diğer türlerde görüldüğünden daha üst bir seviyede gelişmiş olabileceğini kabul etse de, Emory Üniversitesi'nden primatolog Frans de Waal[308] insanların empati kabiliyeti olan tek tür olmadıklarını öne sürdü. Ama ona göre, empatinin belirtileri birkaç davranışta aşikârdır. İlk olarak bazı maymunlar ve diğer hayvanlar, gruplarının diğer üyeleriyle *yiyeceklerini* paylaşırlar. Eğer tamamen bencil olsalardı neden böyle bir şey yapmak zorunda olurlardı ki?

Görünür özgeciliğin bu biçiminin aslında genetik akrabalık tarafından yönlendirildiği –kuzenleriniz gibi genlerinizin bir kısmını paylaşabilecek grup üyelerine yardım ederek, genlerinizin (başkalarındaki) kopyalarının korunmasına ve böylece sonuçta onları taşıyanların hayatta kalmalarına ve üremelerine, dolayısıyla da (ortak) genlerinizin ölümsüzleştirilmesine yardım ediyor olduğunuz– iddia edilebilir. Emory Üniversitesi'nde yapılmış yakın tarihli bir deneyde, kapuçin maymunlarına sadece kendilerine ya da hem kendilerine hem

de başka bir maymuna yemek verilmesine yönelik bir seçme şansı verildiği zaman, eğer öteki maymunu tanıyorlarsa sosyal olan seçeneği seçmişlerdir. Bu, yemek paylaşımının sadece grubunuzun genetik akrabalığınız olan üyeleriyle sınırlı olmadığını, tanıdıklarınızı da kapsayacak şekilde genişlediği izlenimini uyandırır (*Bkz.* Görsel 10).[309]



Görsel 10: Kapuçin maymunları yemek paylaşıyorlar. Eğer diğer maymunu tanıyorlarsa, hem kendilerine hem de diğer maymuna bir dilim elma hakkı kazandıracak oyun fişini seçme olasılıkları sadece kendilerine bir dilim elma hakkı kazandıracak oyun fişini seçme olasılığından daha yüksektir.

İkinci olarak, aynı türe mensup hayvanların sadece ortalıkta yemek paylaşmalarının değil, birbirlerine *yardım etmelerinin de* başka örnekleri vardır. Örneğin, bazı şempanzelerin yüksek bir duvara tırmanırlarken birbirlerine yardım ettikleri gözlenmiştir. Bunlar birbirinin ihtiyaçlarını ve amaçlarını okuma yeteneğinin ikna edici örnekleridir. Üçüncü olarak, kuyruklu ya da kuyruksuz maymunlar kavga ettikten sonra, de Waal kaybeden maymunun grubun diğer üyeleri tarafından *teselli edildiğini* gözlemlemiştir. Kaybeden maymun yaralarını yalarken bir diğeri onun yanına gelir ve ona nazikçe

dokunur. Hatta yenilmiş hayvanı teselli etmek istercesine ona kolunu dolar. Dokunmanın bu şekilde kullanılması bizim sıkıntı içindeki bir kişiye nasıl yaklaşacağımızı fazlasıyla andırıyor ve insan-biçimcilik riskine girerek bunu başka birinin duygusal durumuna gösterilerin uygun bir duygulanım olarak, kısaca empati olarak yorumlayabiliriz.

Son olarak, kuyruklu ve kuyruksuz maymunlar, türlerinin başka bir üyesinin yüz ifadesini, çıkardığı sesleri ve beden duruşunu okuyabildiklerinin pek çok kanıtını göstermiştir. Örneğin, Northwestern Üniversitesi'nden klinik psikolog Susan Mineka ve çalışma arkadaşları çok iyi bilinen çalışmalarında, anneleri yüzünde ve sesinde korku emaresi gösterirse küçük maymunların bir yılandan korkmayı öğrenebildiklerini saptamıştır. Wisconsin Üniversitesi'nden psikolog Harry Harlow da, anneleri tarafından kardeşleriyle beraber büyütülmüş olan maymunlar başka bir hayvanın niyetini (dostane mi yoksa agresif mi olduğunu) açıkça fark edebiliyorken, yalıtılmış olarak büyütülen maymunlar sonradan sosyal bir gruba sokulduklarında türdeş bir maymunun dostane yaklaşımına agresif bir yaklaşımmış gibi tepki gösterme eğilimi gösterdiklerini bulmuştur.[311]

Kayda değer iki eski çalışmada, bir farenin bir çubuğu ittirmesinin havada asılı kalmış bir farenin yere indirilmesini sağlayacağını öğrenmesi durumunda, o manivelaya basacağı görülmüştür.[312] Empati yoksunu olması gereken farelerde görülmüştür bu! Northwestern Üniversitesi'nden primatolog Jules Masserman ve çalışma arkadaşları 1964'de, yemek almaları için bir zinciri çekmeleri gerektiğini öğrenen daha yakın akrabalarımız olan rhesus maymunlarının, zinciri çekmek aynı zamanda başka bir maymuna elektrik şoku verilmesine sebep oluyorsa bunu yapmayı reddettiklerini göstermiştir. Sanki başka bir maymunun acı çekmesindense çıkar sağlamayı reddetmişlerdir.[313] Kuyruklu ve kuyruksuz maymunları

da içeren diğer hayvanların belli bir seviyede empati sahibi olduğuna neden inanıldığı gayet anlaşılabilirdir.

Yine de, diğer türlerde empatinin açıkça sınırları vardır. Örneğin şempanzeler, topraklarını genişletmek için "ölümcül mahalle savaşları" çıkarırlar ve bunun için yeni bir bölgeye geçmeden önce büyük gruplar "stratejik olarak rakipleri öldürmek üzere devriyeler" gönderirler.[xliii] Bu tarz bir "zalimlik", elbette bizimki de dahil, diğer türlerde de yaygındır. Başka bir örnek olarak, yeni yürümeye başlayan insan bebekleri bile işaret parmaklarını bir şeyleri göstermek, başka bir kişinin dikkatini çekmek, ilgi çekici veya onlarla ilgili bir şeye bakmalarını sağlamak için kullanıyorken, bu davranış diğer türlerde görülmemiştir. Ayrıca diğer hayvanlar hileye ikna edici bir şekilde başvurmaz ve bu, başka bir hayvanın duygularına tepki verebilseler de fikirleri hakkında düşünmedikleri izlenimini uyandırır.[314]

Eski dünya maymunlarından çarpıcı bir örnekte görüldüğü üzere, su basmış bir pirinç tarlasından kuru toprağa ulaşmak için yüzen anne maymunlar karınlarının tüylü alt kısımlarına tutunan yavrularını da beraberlerinde taşıyabilirler. Pek çok anne, kendi başı suyun üstündeyken, yavrusunun başının suyun altında olduğundan bihaberdir; kendisi öteki tarafa sağ salim geçerken ne yazık ki yavruları boğulmuş olur. Bu durum, ölümcül sonuçlara ve kendi genlerinin hayatta kalmasına olan etkisine rağmen, maymunların başka bir hayvanın farklı perspektifini gerçekten hesaba katmadıklarının etkili bir şekilde altını çizer. Açıkça, diğer türlerde fark ettiğimiz (ya da fark ettiğimizi zannettiğimiz) empatinin hangi pırıltısı olursa olsun, insanların sergilediği empati seviyesi diğer herhangi bir türde görülene oranla niteliksel olarak farklıdır.

İnsan Zalimliği Üzerine Derin Düşünceler

Bu kitaptaki amacım, konuyu dinin sahasından bilimin sahasına kaydırarak, kötülüğün nedenleri üzerine yapılan tartışmaları yeniden canlandırmak oldu. Bunu Dawkins'inki gibi din karşıtı bir gündemim olduğu için yapmadım. Aksine, kimlikleri kültürel adetlerle, törenlerle ve uygulamalarla birbirine bağlı bireyler ve topluluklar için dinin önemli bir yeri olduğunu düşünüyorum. Ama din tuhaftır ki kötülüğün sebeplerini sorgulamaya karşıt olmuştur. Çoğu din için kötülüğün varlığı evrenin utandırıcı bir gerçeğidir ve var olmasının sebebi ya iyi bir hayat yaşamak için ruhani arzularımızın yetersiz gelmesi ya da bu tarz güçlerin (örneğin Şeytan'ın) insan doğasını kontrol etmek için ilahi güçlerle daimi bir savaşta olmasıdır.

Kötülüğün en uç noktadaki örnekleri genellikle çözümlenemez ("Böyle şeylerin neden olduğunu sorma. Kötülüğün tabiatı bu"); akıl yürütme sinir bozucu bir şekilde döngüsel hale gelir ("x hareketini yaptı, çünkü gerçekten kötü biri") ve bu uç noktadaki örnekler bazen Tanrı'ya olan inancımızı pekiştirmek için bile kullanılır ("Tanrı bizi sınamak istiyor").

Eğer bir amacım varsa, o da insanları "kötülük" kelimesinin açıklayıcı bir araç olarak kullanılmasından tatmin olmamaya teşvik etmektir. Eğer konuyu dinin sahasından bilimin sahasına kaydırabildiysem, bu kitabın bir katkıda bulunmuş olduğunu hissedeceğim.

Fakat bu tarz bir amaç oldukça geniş kapsamlıdır ve elbette bu kitapta daha belirli bazı amaçlarım var. Bilhassa konuya on adet yeni fikir takdim etmeyi umuyorum. Özetle:

İlk olarak, hepimiz empati tayfında yüksekten düşüğe doğru bir yere denk geliriz. Bilimin açıklaması gereken şeyin bir kısmı, bir bireyin bu tayfta nereye denk geleceğini neyin belirlediğidir. Ben genetik, hormonal, sinirsel ve çevresel katkı unsurlarından bazılarına dikkat çektim ve listem, henüz bulguların tamamı mevcut olmadığı için kapsamlı değil. Liste en azından bu gibi bulgulara nasıl ilave yapmaya başlayabileceğimizi gösteriyor.

İkinci olarak, bu tayfın bir ucunda *empatinin sıfır derecesi* yer alır ve empatinin sıfır derecesini Sıfır-Negatif ve Sıfır-Pozitif kategorilerine ayırabiliriz. Sıfır-Negatifin üç büyük alt-tipi P, N ve B Tipleridir. Tabii ki bunlar var olan alt-tiplerin hepsi değildir. Aslında, alkol, yorgunluk ve depresyon, kişinin empatisini geçici olarak azaltabilecek durumların sadece birkaç örneğidir ve şizofreni de empatiyi azaltabilecek bir diğer sağlık durumu örneğidir. Daha fazla alt-tiplerin nitelendirilmesi gerekecek ama bu liste en azından süreci başlatıyor. Şöyle bir eleştirinin gelmesi makuldür: Hakikaten P, N ve B-Tipleri ile ilgili yeni bir şey yok mu? En azından bir yarım yüzyıl boyunca bu üç kişilik bozukluğunu bilmiyor muyduk? İşte mesele tam da burada zaten. Geleneksel sınıflandırma sistemi bu üç tipi, hepsinde ortak olan şeyi, üçünün de empatinin sıfır derecesinin formları olduğunu gözden kaçırarak *kişilik bozuklukları* olarak kategorize etti. Bu nedenle bunların varlığı yeni değildir ama bu kitapta bunları düşünme şeklimizde

ince bir değişiklik yapmamızı önerdim. Yüzeyde, hâlâ kişilik bozuklukları olarak görülebilirler. Ama üçünü de müşterek bir temel mekanizmaya, yani empatiye bağlamak için yüzeyin altına inebiliriz.

Üçüncü olarak, empatinin sıfır derecesine varmak için hangi yoldan gidilmiş olursa olsun, empatinin normatif beyin kökeni *(empati devresi)* empatinin sıfır derecesinde atipik olacaktır. Bölüm 2'de bu devreyi düzenleyen on beyin bölgesini ve Bölüm 3'te bunların Sıfır-Negatif beyin tiplerinde gerçekten de nasıl (farklı kombinasyonlarda) atipik olduğunu gördük. Onları kişilik bozukluğu diye adlandırmak, kökenlerini bulmak için beyinde nereye bakacağımız konusunda bizi yönlendirmez ancak onları Sıfır-Negatif olarak adlandırmak, kökenlerini bulmak için beyinde tam olarak nereye bakacağımız konusunda bize yol gösterir. N, B ve P Tiplerinin kesişim kümelerinde (*bkz.* Görsel 6) bu on beyin bölgesi takım halinde yer alır. Bu bağlamda psikiyatri, sınıflandırma ve tanı koyma şeklimizi değiştirerek görünürde ayrı sağlık durumları olan bir yelpazeyi Empatinin Sıfır Derecesi olarak bir araya toplayabilir.

Dördüncü olarak, empatinin sıfır derecesinin *tedavisi* empati devresini hedef almalıdır. Empati tedavileri, *Mindreading* (Zihin Okuma) DVD'si (www.jkp.com/mindreading) ya da *The Transporters* (Taşıyıcılar) çocuk animasyonu (www.thetransporters.com) gibi otizm spektrum bozukluğu olan insanlar için oluşturduğumuz eğitim yazılımlarını içerebilir.[315, 316] İlki her yaş grubu için tasarlanmıştır, dolayısıyla Sıfır-Negatif olan yetişkinlere de uygundur. Oksitosinin burundan bir sprey vasıtasıyla solunmasının genel olarak bireylerde ve otistik insanlarda empatiyi artırdığına dair umut verici bulgular,[299, 317] bu yöntemin de Sıfır-Negatif olan insanlarda denenebileceğini akla getirmektedir. Rol-yapma oyunlarının kurbanın bakış açısını içeren türleri de denemeye değer ola-

bilir. Bunları kişilik bozukluğu diye adlandırmak, özellikle kişilik dediğimiz terim, dayanıklı ve sabit özellikler takımı olarak tanımlanmışsa birinin kişiliğinin gerçekten değiştirilip değiştirilemeyeceği tartışmalarını beraberinde getirir. Bunları Sıfır-Negatif diye adlandırmak, müdahale edebilmemiz için yeni yollar açar.[xliv]

Beşinci olarak, Bowlby'nin kayda değer erken dönem güvenli bağlanma kavramı *içsel bir mükâfat* olarak anlaşılabilir. Bu yeni bir fikir olmasa da yeni bir terimdir ve küçük çocukları ebeveyn sevgisiyle yetiştirmede başarısız olduğumuz zaman, onları bahşedebileceğimiz en değerli doğum haklarından mahrum bıraktığımız ve onlara neredeyse geri dönülemez bir şekilde zarar verdiğimiz için duymaktan asla sıkılmadığım bir mesajdır. Bu tür etkiler çocuklukta, hatta ergenlikte ve erken dönem yetişkinlikte dahi her zaman belirgin değildir ama tıpkı başın arkasından vuran bir bumerang gibi bireyin canını acıtmak için orta yaşlarda geri dönebilirler. Sıfır-Negatifin bazı türleri, kişinin kendisinin bir ebeveyn olması gibi, sadece ileri yaşlardaki çevresel tetikleyicilerin stresi altında ortaya çıkar. Neden her yeni kuşak ebeveyne içsel mükâfatın önemini hatırlatmaya devam etmemiz gerektiğinin bir sebebi de bunun, müdahale yolunu temsil etmesi ve bir bireyin yaşamının rotasını Sıfır-Negatiften sağlıklı ve empatiğe çevirmesidir.

Altıncı olarak, *empati genleri* vardır. Bölüm 5'te gördüğümüz gibi, çevresel tetikleyiciler genetik yatkınlıklarınızla etkileşime geçerler ve bilim insanları da geniş kapsamlı yollarla empatinizi etkileyen belirli genleri keşfetmeye çalışırlar. Bu genlerin tek başlarına empati genleri *olmadıklarını* yeniden belirtiyorum, ama onlar beyinde ifadesini bulmuş ve –birçok küçük adım vasıtası ile– beyinle bağlantılı olan proteinleri kodlayan genlerdir. Daha bu adımlar açıklığa kavuşturulacaklardır ama istatistiksel analizlerden empatiyle *ilişkili*

genlerin var olduğunu daha şimdiden görebiliriz. Bu keşif empatinin tamamen çevresel olduğuna inanmak isteyenlerin keyfini kaçıracaktır ve ben bu insanlara bu kitaptaki argümanın aslında makul bir öneri olduğunu söylüyorum: Şöyle ki, hem biyoloji hem de çevre önemlidir. Aslında, empatinin tamamen çevresel olduğu fikrini benimsemek çok daha uç noktada ve radikal bir görüşü benimsemektir.

Yedinci olarak, empatinin sıfır derecesinin çoğu biçimi açıkça negatifken, bir tanesi (ilginçtir ki) *pozitiftir*. Sıfır-Pozitifin varlığı psikiyatrinin otizm spektrum bozukluğu diye adlandırdığı şeye denktir ve empatinin sıfır derecelerinden en azından bir biçimin evrim tarafından pozitif olarak seçilmiş olduğunu ima eder, çünkü bu durum kuvvetli sistemleştirmeyle çok yakından ilişkilidir. Bazı ebeveynler elbette buna klasik otizmin salık verilecek pek az tarafı olduğunu söyleyerek itiraz edeceklerdir ve beraberinde gelen öğrenme güçlükleri, konuşmayı geç öğrenme, epilepsi ve kendisine zarar verme aslında bireye pozitif bir şey bahşetmeyen engellilik durumlarıdır. Fakat bunlar beraberinde gelen durumlardır ve otizm spektrumunu tek başlarına tanımlamazlar. Bunlar çekip çıkarıldığında, Asperger Sendromu'nda olduğu gibi, empati güçlüklerine rağmen çoğunlukla kuvvetli sistemleştiriciler olan bireyler görürüz ve bu oldukça pozitif bir şey olabilir.

Sekizinci olarak, Sıfır-Pozitif, doğanın tekrarlanan sonsuz örüntülerini görmek amacıyla geçici olan boyutu bir kenara koymak için sürekli olarak *zamanın dışına çıkmaya* çabalayan bir zihnin sonucudur. Aksi halde değişim, tekerleklerin dönüp duracakları, manivelaların sadece ileri ve geri hareket edecekleri ya da kilise çanlarının güzelce matematiksel örüntüler halinde çalacakları kusursuzca öngörülebilir, sistemleştirilebilir bir dünyanın içine sızan geçici bir boyutu temsil eder. Bu tarz birçok tekrarlamadan sonra zaman algısı kaybedilir, çünkü netice her seferinde aynı olur. Otistik insanların

aynı bedensel hareketleri yapmalarının böyle bir durumu işaret ettiğini varsayıyorum. Sadece yenilik içeren ve dolayısıyla beklentileri ihlal eden durumlar süresince zaman boyutunun farkına varabilirler.

Dokuzuncu olarak, Sıfır-Pozitif zihin, *değişimi zehirli* bulur. Böyle öngörülebilir örüntüler, örneğin beklenmedik bir eylem gerçekleştiren (mesela, beklenmedik bir şey söyleyen ya da sadece hareket eden) başka bir kişinin varlığı sonucu sekteye uğradıklarında Sıfır-Pozitif için bu durum itici ve hatta korkutucu olabilir. Dolayısıyla ne pahasına olursa olsun tipik olarak değişime direnirler. Klasik Otizm, değişim gösterilen tam bir direniş durumu, kusursuzca sistemleştirilebilen –ve böylece kusursuzca öngörülebilen– bir dünyaya kaçıştır.

Son olarak, empati dünyadaki *en değerli kaynaktır*. Bu sav göz önünde bulundurulduğunda, okulda ya da ebeveynlik müfredatında empatinin zar zor bir rol oynaması ve politikanın, iş hayatının, mahkeme salonlarının ya da kolluk kuvvetlerinin gündeminde olsa da nadiren yer alması kafa karıştırıcıdır. Nelson Mandela ve F. W. de Klerk'in birbirlerini anlamaya çalışıp arkadaş oldukları ve ırkçılıktaki uçurumu aştıkları zamanki gibi, empatinin kıymetine dair misalleri siyasi liderlerimiz arasında görebiliriz ama aynı duruma İsrail ile Filistin[318] veya Washington ile Irak ya da Afganistan arasında henüz ulaşılamamıştır. Dünyanın bu tarz köşelerinde empatinin kullanılmadığı her gün için daha fazla yaşam yok olmaktadır ve yok olacaktır.

Daha pek çok soru var. Her şeyden önce, eğer empatinin sıfır derecesinin farklı türlerinin tümü de empati devresinde anormallikler içeriyorsa, neden farklı bireyler bu türlerden biri ya da bir başkası olup çıkıyor? Bu soruyu cevaplamanın bir yolu, empatinin sıfır derecesinin farklı türlerini birbirleriyle kesişen, fakat yine de özgün olan profilleri açısından kıyaslamak ve karşılaştırmaktır. Tablo 1 bunu psikolojik sevi-

yede yapmaktadır ve empatinin iki yönü (bilişsel ve duygusal bileşenler) zarar görmüş mü yoksa sağlam mı ve sistemleştirme zarar görmüş mü yoksa sağlam mı, diye her birini bölümlere ayırmaktadır. Benzer bir egzersiz, günün birinde on beyin bölgesinin, "empati genlerinin" ve çevresel tetikleyicilerin her biri açısından da mümkün olacaktır. Sıfır-Pozitif en azından iki alt gruba ayrılır ve bunun da sebebi, bu iki alt grubu (klasik otizme karşı Aspeger Sendromu) ayıran iki anahtar boyut olan dil gelişimi ve IQ'nun temelini oluşturan (yine genetik ve/veya çevresel) nedensel etmenlerin olmasıdır. Ama Tablo 1, bir cevabın nasıl bulunacağının örneğini sunmaktadır.

İkinci olarak, empatinin sıfır derecesinin *başka* türleri var mıdır? Bu soruyu cevaplamanın bir yolu, henüz tartışmadığımız farklı bir türün belirgin bir örneğini ele alıp listenin tamamlanmış olmaktan çok uzak olduğunu göstermektir. Örneğin Londra Psikiyatri Enstitüsü'nden psikiyatrist Prof. Janet Treasure en azından bazı anoreksi vakalarının sadece bir yeme bozukluğu değil, aynı zamanda otizmin bir türü de olabileceğini öne sürmüştür.[319] Gözlemleri, daha önceden İsveçli psikiyatrist Chris Gilberg tarafından yapılan gözlemler üzerine temellendirilmiştir.[320] Treasure bunu belirtir belirtmez pek çok kişi, bakış açısındaki bu kuramsal değişimin önemini görebilmiştir. Her ne kadar anoreksik bireylerdeki şiddetli ağırlık kaybı ve kısıtlı gıda alımı dikkatimizi çekse de, buna *esasen* bir yeme bozukluğu gözüyle bakmak yüzeysel özelliklere çok fazla önem vermek olabilir.

Bu, tanısal kriterlerden biri olmasa da, anoreksinin çoğu klinisyen ve ebeveyn tarafından hemen fark edilen bir özelliği bencil empati noksanlığıdır. Çocukları kendini açlıktan ölüme mahkûm etme yolunda dibe doğru ilerlerken ebeveynler endişeden çılgına dönmüş olsalar da, kız (her ne kadar bazı durumlarda bu bir erkek de olsa) inatla vücut şeklinden

Tablo 1: Farklı Empati Bozukluğu Biçimleri

	Bilişsel Empati Pozitif (BE+)	Bilişsel Empati Negatif (BE-)	Duygusal Empati Pozitif (DE+)	Duygusal Empati Negatif (DE-)	Ahlaklılık Pozitif (A+)	Ahlaklılık Negatif (A-)	Sistemleş-tirme Pozitif (S+)	Sistemleş-tirme Negatif (S-)
Sıfır-Negatif								
P-Tipi (Psikopatik)	✓			✓		✓		
B-Tipi (Sınırda / Borderline)		✓		✓				
N-Tipi (Narsisistik)				✓				
Sıfır-Pozitif								
Klasik Otizm		✓		✓		✓	✓	
Asperger Sendromu		✓	✓		✓		✓	

ve kilosundan memnun olduğunu söyleyebilir. Aileye uymaktansa yediklerinin kalorilerini saymak ve yemeğini miligramına kadar tartmakla meşgul bir halde, ailenin geri kalanından ayrı olarak yemek yeme konusunda da ısrar edebilir. Diğer bir bakış açısını görmedeki bu yetersizlik, empatinin sıfır derecesinin başka bir şekli gibi görünmektedir.

Geleneksel psikiyatri, bu ikisinin tamamen farklı türde fenomenler olduklarını varsayarak anoreksik bireyleri "yemek ve diyete dair tam bir kaygı" gösteren kişiler olarak, otistik bireyleri de "olağandışı dar kapsamlı, kısıtlı bir ilgi ve uç noktada tekrarlamalı davranış" gösteren kişiler olarak incelemişti. Bu yeni görüşe göre geleneksel psikiyatri, bunların ikisinin de detaylara gösterilen uç noktada dikkati, güçlü sistemleştirmeyi ve uç noktada bir odaklanmayı veya "saplantıyı" gerektirdiğini görmede başarısız oluyor olabilir. Bu mercekten bakınca anoreksik birey, tıpkı otistik birey gibi "değişime dirençlidir". Bir durumda tekrarlamalı davranışın yemek ve vücut şekli alanında olduğu, diğer durumda ise dönüp duran oyuncak araba tekerleklerinin alanında olduğu gerçeği mevzu dışı olabilir. Bu argümanda anoreksik bireylerin en azından bir alt grubu yalnızca (şüphesiz yaptıkları bir şey olan) yeme bozukluğu gösterenler olarak değil, aynı zamanda da Sıfır-Pozitif olanlar olarak yeniden kavramsallaştırılmanın yararını görebilir. Bu durumun çok farklı bir tedavi çıkarımı olur.

Bu nedenle, her ne kadar bu kitap Sıfır-Negatifin üç türünü göz önünde bulundurmuş olsa da, şüphesiz başka türler de vardır. Kişinin öyle olmadığı halde birisinin kendisine âşık olduğuna inandığı erotomani[xlv] gibi özgül sanrılara sahip insanlar bir diğer örnek olabilirler. Bu durum, kişinin sanrısının onu başka bir kişinin duygularına karşı duyarlı olmaktan alıkoyduğu, Ian McEwan'ın meşhur romanı *Sonsuz Aşk*'ta *(Enduring Love)* tasvir edilmiştir. Kişi, ötekini gizlice izleyebilir

ve kontrol etmeye çalışabilir ki bunlar da açıkça empatik olmayan hareketlerdir.

Bir sonraki sorum, bir kişide aynı anda birden fazla empatinin sıfır derecesi durumunun olup olmayacağıdır. Buna verilecek cevap su götürmez bir "evet" olacaktır. Farklı Sıfır-Negatif türleri olduğu ve bunların Sıfır-Pozitiften ayrık olduğu fikri bir bireyde bu türlerden sadece bir tanesinin olabileceğini ima etmemeli. Kesinlikle, hem Sıfır-Pozitif hem de B-Tipi olan bireylerle tanışmıştım. Başka klinisyenler de hem P-Tipi hem de B-Tipi olan ve benzeri bireyleri tanıyor olabilirler. Ama bir kişide diğerleri olmaksızın sadece tek tipin olabildiği gerçeği, bu tiplerin birbirlerinden bağımsız olduklarının ispatıdır ve bu ayrımları yapmak için de bir nedendir.

Daha birçok soru var. Bir diğeri de şu: Cinayet işleyen biri *doğası gereği* empati yoksunu mudur? Bizzat psikiyatri mesleğinin, empatinin önemi üzerine neden yeniden düşünmesi gerektiğini görmemize yardımcı olması için başka bir hikâye anlatmak istiyorum.

PSİKİYATRİYİ YENİDEN DÜŞÜNMEK

Bir önceki gece kendimi Cambridge'teki St. John's Üniversitesi'nde, bir akşam yemeğinde uzman adli psikiyatrist Dr. Neil Hunt'ın yanında otururken buldum. Bana, 13 Haziran 2007'de Stretham köyü mevkiinde iki kızını bıçaklayarak öldüren anne Rekha Kumari-Baker'ı incelemek için çağrılan psikiyatrist olduğunu söyledi. Kumari-Baker, mahkemedeki duruşmasında eski kocasını kıskandığını açıklamış ve sebep olarak her ne kadar 2003'te boşanmış olsalar da, eski kocasının şimdi yeni bir partneri olduğunu ama kendisinin olmadığını söylemiş. Eski kocasının canını yakmak istemiş ve bunun, onun mutluluğunu paramparça etmenin yolu olduğunu düşünmüş.[321]

Neil'in, Rekha'nın herhangi bir akıl hastalığına sahip olup olmadığına karar vermesi gerekiyormuş. Kendince, böyle bir durumun olmadığına karar vermiş. Dünyadaki psikiyatristlerin hepsinin masasının üstünde duran ve psikiyatristlerin "akıl hastalıklarını" sınıflandırmak için başvurdukları kitaba, DSM-IV'e (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel Elkitabı–4)[131] göre mevcut kategorilerden hiçbirine uymuyormuş. Her ne kadar sevgilisiyle ayrıldıkları zaman bir miktar depresyon hissetmiş olsa da, *incelemenin yapıldığı zaman* (suçun işlendiği gün) bir depresyon, anksiyete, psikoz, uzun süreli kişilik bozukluğu veya aslında DSM-IV'te listelenmiş 297 bozukluktan herhangi birinin belirtisini göstermemiş. Bu yüzden Neil'e ve psikiyatrinin insanları kavramsallaştırmasına göre, Rekha *akıl hastası değilmiş*. DSM-IV insanları iki kapsayıcı kategoriden birine koyabilir: akıl hastası veya zihnen normal. Bu yüzden eğer Rekha, iki çocuğunu öldürmüş olmasına rağmen, DSM kategorilerinden herhangi birisine uymuyorsa çıkarıma göre normal olmalıdır. Eminim buradaki sağduyu çelişkisini ve meseleyi neden güncel psikiyatri ile beraber ele aldığımı görüyorsunuzdur.

Tabii ki bazıları Rekha'nın akli dengesinin yerinde olduğuna karar verilmesinin bir diğer sebebinin, Neil'in onun akıl hastası olduğunu söylemiş olması durumunda bunun Rekha'ya "azaltılmış cezai sorumluluk" için savunma yapma zemini hazırlayacağı ve böylece suçun cinayetten ziyade kasıtsız adam öldürme olarak görüleceği olduğunu iddia edebilir. Sonuçta mahkeme Neil'in uzman görüşünü kabul etmiş ve Rekha'yı cinayetten suçlu bularak otuz üç sene hapse mahkûm etmiştir. (Böylece şartlı tahliye hakkına, yetmiş iki yaşında olacağı 2040'tan önce sahip olmayacak.)

Bunun dehşet verici suç tanımına uyan tarzda bir mahkûmiyet olduğunda hemfikir olmakla beraber, eğer geçerli tanısal sistem bu kadını normal olarak kategorize ediyorsa, aynı

zamanda bunun DSM-IV'ün sınırlarını ve bundan dolayı da psikiyatrinin sınırlarını ortaya çıkardığını düşünüyorum. Hüküm, mahkemenin ve en nihayetinde yargıcın meselesidir. Tanı, doktorun, yani bir psikiyatristin meselesidir. Bunların ikisi olması gerektiği gibi, kesin olarak birbirlerinden ayrı tutulurlar. Rekha'nın var olan herhangi bir psikiyatrik kategoriye uymamış olması Neil'in hatası değildir. Bizzat psikiyatrinin hatasıdır.

Benim açımdan (ve sağduyu açısından demeye cüret ediyorum), kendi kızını öldürme niyetiyle bıçaklayan hiç kimse –doğası gereği– psikolojik açıdan normal değildir. Doğası gereği, en azından suçun işlendiği anda empati yoksunudur. Rekha'nın, evvelden normal empati göstermiş olsa bile, çocuklarını bıçaklama niyetiyle, *tam da* elinde bir mutfak bıçağıyla merdivenleri çıktığı *anda* ve bıçağı *tam da* çocuklarına sapladığı *anlarda* empatiden yoksun olmuş olması gerekir. Benim açımdan aşikâr sonuç, tıbbi ve psikiyatrik sınıflandırma sisteminin, içine Rekha'nın doğal olarak uyacağı "Empati Bozuklukları" diye adlandırılan bir kategoriye oldukça gereksinimi olduğudur. Bir kişilik bozukluğu tanısı için gereken uzun süreli empati bozukluğunu sergilememiş olmasa da, Rekha'da en azından geçici ya da uzun süreli "empati bozukluğu" vardı. Sorun, "empati bozukluğu" kategorisinin DSM-IV'de bulunmamasıdır ve bildiğim kadarıyla 2012'de yayımlanacak bir sonraki baskıda* (DSM-V) böyle bir kategorinin oluşturulması için de bir plan bulunmamaktadır. (DSM'in her yeni baskısı, gerektikçe yeni kategorileri takdim eder ve artık gerekmeyen kategorileri çıkartır.[xlvi])

Neil'e, "Peki nasıl biriydi?" diye sordum. "Oldukça sıradan, oldukça normaldi," diye cevap verdi. "Ama herhalde," diye iddia ettim, "kendi çocuklarını bıçaklayarak öldürmüş

* 2013 yılında güncellenmiştir. (ed.)

olması empatiden yoksun olduğu anlamına gelmiyor mu?" Bana, "Pek sayılmaz, çünkü psikiyatride bir kişinin zihni hakkındaki hükmünü, onun eylemlerine dayanarak veremezsin," dedi. Bu noktada yine, aynı fikirde olmadığımı nazikçe belirtmek zorundaydım. Bana göre, *doğaları gereği* arka planlarındaki zihin yapısını ortaya çıkaran bazı eylemler vardır ve masum bir çocuğu soğukkanlı bir şekilde öldürmek, bu eylemlerden biridir. Eylem bir kere gerçekleştirildikten sonra, sanki zihin yapıları eylemlerinden belli oluyormuş gibi bunu gerçekleştirenle görüşme yapmanın ya da onu değerlendirmenin gerekli olmadığını iddia etmiyorum. Bunun sebebi kanunun en azından *taammüdü* (suç işleme niyetini) ve *suçun maddi unsurunu* (eylemin kendisini) gerektirmesidir. Ayrıca, soruşturma yapmak için ilave sebepler olabilir (hafifletici bir sebep olarak psikoz ya da ağırlaştırıcı bir etken olarak stres gibi). Ama benim iddiama göre Kumari-Baker'ın, en azından eyleminde bir empati eksikliği olduğu belliymiş. İstisnai durum, bireyin uyurgezer olduğu veya bir farkındalığı olmaksızın eylemde bulunduğu "otomatizmin" yasal savunması olabilir. Dolayısıyla, eylem sırasında bilincinin yerinde olduğunu varsayarak eyleminin empatik olmadığını söyleyebiliriz.

Şimdi, zalimce eylemler ve cezai sorumluluk arasındaki ilişkiye dair soruyu incelemeye başladığımıza göre, bu durum bizi doğal olarak konuyla ilgili diğer bir soruya götürür: Sıfır derece empatiye sahip olan insanlar bir suç işlerlerse hapse atılmalı mı? Bu, birkaç farklı meseleyi kapsar. İlk olarak, ahlaki meseleyi kapsar: Eğer empatinin sıfır derecesi gerçekten nörolojik bir kusur biçimiyse, suç işleyen böyle bir birey ne dereceye kadar yaptığından sorumlu tutulabilir? Bu, özgür irade tartışmasıyla daha da karmaşık bir hale gelir, zira empatinin sıfır derecesi bir bireyi belli bir dereceye kadar başka insanlara karşı yaptığı eylemlerin etkisine "körleştiriyorsa", o halde bu bireyin hak ettiği cezadan ziyade anlayışımızdır.

Benim görüşüm bazen suçun, üç sebepten ötürü hapsi gerektirecek denli kötü (örneğin, cinayet) olduğudur: toplumu bu bireyin suçu tekrarlama riskinden korumak için; toplumun suçu kınadığını belirtmek için ve kurbanın kendisine haksızca davranıldığına dair duygularını (ya da kurbanın ailesinin duygularını) göz önünde bulundurarak adalet hissini sağaltmak için. Tutukluluk için bu nedenlerin hepsinin geçerli gösterilebileceğini düşünüyorum. Yine de empatinin sıfır derecesinin sonucu olarak daha hafif suçlar işlemiş bireyler tanıyorum ve bu bireyler için hapsin doğru yer *olmadığını* iddia edebilirim.

Kuzey Londra'da, ailesinin evinde kaldığı odasından Pentagon'un bilgisayar ağına yasadışı bir şekilde giren genç İngiliz Gary McKinnon'ı ele alın. Asperger Sendromu olmasından şüphelenilerek (öyle olduğu sonradan tasdik edildi) kliniğimizde boy gösterdiğinde, bu suçu Sıfır-Pozitif olduğu *için* işlediği netleşmişti. Sistemleştirmeye yönelik kuvvetli dürtüsü onun yüksek düzeyde bilgisayar kullanmayı öğrenmesini, Pentagon'un bilgisayarlarında tuttuğu bilgiyi ve bu bilginin doğru olup olmadığını bulmayı "saplantı" haline getirmesini sağlamıştı. Suçunu saklamaya çalışmış olmaması gerçeği (sızmış olduğu her bilgisayara, "ziyaret ettiğini" söylediği notlar bırakmış olmasından ötürü), yanlış bir şey yapmış olduğunu hissetmediğini akla getiriyor ve ayrıca sosyal toyluğunu ele veriyor. Aynı zamanda Sıfır-Pozitif durumu, suçu işlediği sırada yetkililerin onun davranışına nasıl bakacaklarını ya da bunun sosyal sonuçlarının onun için ne olabileceğini tasavvur edebilecek durumda olmadığı anlamına geliyor.

Onunla yaptığım görüşmede, ceza alması ihtimalinin onun için yeterli bir caydırıcılığının olduğu aşikârdı, öyle ki suçu tekrarlama ihtimalinin olmadığını ve eylemlerinin art niyetli olmadığını hissettim. Ne birisinin canını yakmış ne de birisinin mülküne zarar vermişti. Hapse girme olasılığı ve ha-

yatını hapiste geçirme düşüncesi, klinik düzeyde depresyon ve anksiyete mağduru, sosyal olarak yalıtılmış bir birey için dehşet vericiydi. Bana göre Gary topluma zarar verecek bir sorun yaratmamıştı ve yine bana göre toplum olarak bizler, Asperger Sendromu durumu olan birisine saygın bir şekilde davranmayı seçebilir ve ona ceza vermek yerine şefkat ve anlayış gösterebilir, yardım elini uzatabiliriz. Daha da ileri giderek, Gary gibi bireylere iş teklif edilerek topluma daha iyi hizmet etmeleri sağlanabilir, onlardan Pentagon ve diğer kurumlara güvenlik sistemlerini geliştirmekte yardımcı olmaları istenebilir ve böylece onlar da kayda değer bilgisayar kabiliyetlerini belki de toplumun yararına kullanabilirler.

Meşgul olduğum farklı bir vaka, yabancı bir kadını iş yerinden evine kadar izleyip uygunsuz bir şekilde ona dokunmuş olan, Londra'daki güvenlik hapishanesinde tutulan ve Aspeger Sendromu olduğundan şüphelenilen bir adam ile ilgiliydi. Kırk yaşında, hiçbir kız arkadaşı olmamış, hâlâ annesiyle yaşayan ve yaptığı şeyin uygunsuz olduğunu anlamamış olan bir adamdı. Kurbanın duygularının (ya da yaşadığı dehşetin) ne olacağına dair de bir fikri yokmuş. Gary gibi, hapishanedeyken çok fena acı çekiyormuş ve bunun sebebi sadece duyumsal aşırı hassasiyeti değil (hapishanenin gürültüsü tipik bir birey için bile sağır edicidir), aynı zamanda sosyal zorlamalarmış (hapishane hücresini saldırgan yabancılarla paylaşmasının beklenmesi ve sokak hayatına uyum sağlamış kantindeki mahkûm gruplarından gelen sözlü saldırılarla uğraşması). Bana göre onu hapishaneye atmak, tekerlekli sandalyeye bağlı fiziksel engelli bir bireyi yüzme havuzuna atıp durumun üstesinden gelmesini beklemeye benziyor. Tekrar suç işleyebilme riskine rağmen (yaptığının yanlış bir şey olduğuna dair bir anlayıştan tamamıyla yoksundu), orası onun için yanlış ortamdı. Uygar ve şefkatli bir toplumda, kimsenin güvenliğini tehlikeye atmadan böyle bireylerin arkadaş, dost

ve diğer yardım biçimlerini bulmalarına yardım etmeliyiz. Geleneksel hapishanelere alternatif olarak küçük, sakin, sevecen, ama aynı zamanda da güvenli topluluklar oluşturma çabalarını etkileyici buluyorum.

Ama şimdi insan zalimliğinin doğasına geri dönelim. "Kötülük" kelimesinin yerine "empati" kelimesini kullanmak zalimliği gerçekten aydınlatıyor mu? Alternatif tanımlamalar nelerdir? Dini kötülük kavramının gerçekten bilimsel bir açıklama olmadığı hususunda karar vermiş olduğumuz üzere bunu bir kenara bırakırsak bilinen en iyi alternatif, politik teorist Hannah Arendt'in[322] "kötülüğün sıradanlığı" açısından yapmış olduğu analizdir. Arendt Kudüs'te, *Endlösüng der Judenfrage*'nin ("Yahudi sorununa son çözüm") ana mimarlarından biri olan Adolf Eichmann'ın davasında gözlemciydi. Duruşma sırasında Arendt için, bu adamın deli ya da bizden farklı olmadığı netlik kazanmıştı. Eichmann oldukça *sıradan* biriydi. Bu bağlamda Arendt "kötülüğün sıradanlığı" tabirini dilimize kazandırdı.*

Kötülüğün sıradanlığı fikri ayrıca bir araya geldiklerinde kötü bir eyleme dönüşebilecek sıradan etmenlere atıfta bulunur. Kavram, Solomon Asch tarafından yürütülen ve "konformizmin" nasıl meydana geldiğini gösteren sosyal psikolojik çalışmalardan ileri gelir;[xlvii] öyle ki insanlar her ne kadar gözlerinin önündeki bulgu aksini gösterse de, diğer herkes öyle olduğunu ileri sürdüğü için bir çizginin daha uzun olduğunu söyleyebilirler. Benzer bir tarzla, Stanley Milgram'ın[324] deneyi, başka insanlara onları öldürebilecek seviyelerde bariz bir elektrik şoku vermeye hevesli *sıradan* insanları ve "otoriteye itaati" gözler önüne serdi. Philip Zimbardo'nun Stan-

---

* Daha fazla bilgi için *bkz.* Hannah Arendt, *Kötülüğün Sıradanlığı*, Çev. Özge Çelik, Metis Yayınları, 2014. (ed.)

ford Hapishanesi Deneyi* de bu tarzda bir deneydi. Sahte bir hapishanede rasgele gardiyan ya da mahkûm rolleri verilen öğrenciler, gardiyan rolünü oynarken zalimce davranmaya başlamışlardı.[325]

Bununla beraber, "kötülüğün sıradanlığı" tabiri on binlerce *sıradan* Alman bireyin suç ortağı olduğu gerçeği ile ilgilidir. Bu insanların çoğu sonradan savaş suçlarından sorumlu tutulamadı çünkü sadece işlerini yapıyorlardı, emirleri uyguluyorlardı veya zincirdeki çok ufak bir halkadan sorumluydular. Eichmann ve bürokrat arkadaşları, Yahudileri kamplara taşıyan trenlerin zaman çizelgelemesi gibi planların detaylarına iyice gömülmüşlerdi. Emirleri bir makine gibi ve sorgulamadan uyguladılar. Psikolog Christopher Browning, *Ordinary Men* (Sıradan Adamlar) isimli kitabında Philip Zimbardo'nun Stanford Hapishanesi Deneyi'ni, İkinci Dünya Savaşı'nda tahminen 40.000 Polonya Yahudi'sini katletmiş olan 101. İhtiyat Taburu isimli bir Nazi öldürme biriminin faaliyetlerini açıklamak için kullandı. Onlar sadece emirleri uyguluyordu.[326]

Aşağıdaki sadeleştirilmiş suç silsilesini değerlendirelim:

A KİŞİSİ: Bende sadece kendi bölgemdeki Yahudilerin listesi vardı. Yahudileri yakalayan ben değildim, ama benden talep edildiği zaman bu listeyi teslim ettim.

B KİŞİSİ: Bana bu adreslere gitmem, bu insanları tutuklamam ve onları tren istasyonuna götürmem söylendi. Tüm yaptığım buydu.

C KİŞİSİ: Benim işim trenin kapılarını açmaktı; hepsi buydu.

---

* Daha fazla bilgi için *bkz.* Philip Zimbardo, *Şeytan Etkisi*, Çev. Canan Coşkan, Say Yayınları, 2015. (ed.)

D KİŞİSİ: Benim işim tutukluları trene yönlendirmekti.

E KİŞİSİ: Benim işim trenin kapılarını kapamaktı, trenin nereye ya da neden gittiğini sormak değil.

F KİŞİSİ: Benim işim sadece treni kullanmaktı.

[Zincirdeki diğer tüm küçük halkalar vasıtasıyla aşağıdaki kişiye varılır...]

Z KİŞİSİ: Benim işim sadece içlerinden zehirli gazın verileceği duşları açmaktı.

Bu bireylerden hiçbiri büyük suçun tasarımından veya uygulanmasından tam olarak sorumlu değilmiş. Suçun sadece ufak bir kısmından sorumluymuşlar. Kötülüğün sıradanlığı, kısmen bu küçük adımların bir başlarına değil, fakat *bir araya* geldiklerinde nasıl korkunç bir şeyi meydana getirdiklerine atıfta bulunuyor. Her biri sıradandır ve cezayı gerektirmezler. Kötülüğün sıradanlığı ayrıca A, B, C ve Z'ye kadar olan kişilerin sıfır derece empatiye sahip olmayabileceği gerçeğine atıfta bulunuyor. Suç ortaklığından dolayı suçlu olabilirler ama daha büyük olan suç silsilesi içerisinde kendi küçük rollerini oynadıktan sonra evlerine, ailelerine veya sevdiklerine gidebilir ve empatilerini açığa vurabilirler. Gündüz vakti bir mahkûmu vuran, fakat sonra akşam olduğunda eve gidip eşini öpen ve küçük çocuğuna uyumadan önce bir hikâye okuyan Nazi muhafızı adeta bu çelişkiyi cisimleştirir. Her bir bireyin suç ortaklığının sebepleri farklı olabilir. Kimisi yalnızca bir işte çalışıyor olmaktan memnun olabilir ve emirleri uygulamadığında o işi kaybetmekten *korkuyor* olabilir. Bazısının kendi milletinden olmayanlara belirli bir şekilde davranmasına yetki veren, yoğun *milliyetçi* bir inancı olabilir. Bir bireyin, daha büyük suç silsilesine yapacağı bireysel katkı için bireysel sebepleri her ne olursa olsun, bunlar sıradan sebepler olabilirler.

Kötülüğün sıradanlığı kavramına karşı çıkılmıştır. David Casarini[327] Hannah Arendt'in duruşmanın sadece başlangıcında, Eichmann'ın mümkün olabildiğince sıradan görünmek istediği süre zarfında mahkemede bulunduğunu ileri sürmüştür. Aslında duruşmada daha uzun süre kalmış olsaydı, Eichmann'ın cinayetlerinde yaratıcılığını nasıl gösterdiğini, yalnızca körü körüne emirleri uygulamadığını görmüş olacaktı. Bu bağlamda Eichmann'ın davranışları (bunların önemini korumasıyla beraber) yalnızca sosyal kuvvetler açısından değil, aynı zamanda bireysel etmenler (kısıtlı empatisi) açısından da açıklamaya ihtiyaç duyar.

Empatik olmayan eylemlerin uzun vadeli sonuçları olabileceğini unutmamalıyız. 1542'de Martin Luther'in yazdığı (ve Hıristiyanları, onlara saldırmaya çağıran) *Yahudilere Karşı* başlıklı kitapçığı düşünün; sinagogların yakılmasının ve Yahudi evlerinin yok edilmesinin gerektiğini savunmuştu. *Dört yüz yıl* sonra, genç Adolf Hitler *Kavgam*'da, kendi ırkçı Nazi görüşlerine biraz saygınlık katabilmek için Martin Luther'i alıntıladı ve sonra da 6 milyon Yahudi'nin ölümüne sebep olan, tıpkı dokuz yaşındaki Thomas Buergenthal'ın içinde bulunduğuna benzer gaz odalı toplama kamplarını oluşturdu. Bu, küçük ve empatik olmayan eylemlerin gözden kaçmalarının ne denli tehlikeli olabileceğini gösterir. Kuzenim Sacha (kendisi de, yaratmış olduğu güldürü karakteri "Borat" vasıtasıyla anti-Semitist bir tavır ortaya koyarak çağdaş bir anti-Semitizm örneği sergilemiştir), Cambridge tarihçisi Ian Kershaw'ın ürpertici ifadesini alıntılar: "Auschwitz'e giden yol kayıtsızlık taşlarıyla döşenmiştir."[xlviii]

Ama şimdi hızlı bir şekilde günümüzdeki insan zalimliğine dönelim. İnsanlara "kötü" diye adlandırdıkları şeyin en açık örneğini sorsanız çoğu size, kendi siyasi ajandasını desteklemek için masum insanları "serinkanlılıkla" öldürebilen bir teröristi gösterirdi. Eğer benim kuramım doğruysa, terö-

ristlerin sıfır derece empatiye sahip olduklarını söylememiz gerekirdi. Bu, doğru mudur?

Yirmi altı yaşında Amerikalı bir tutsak olan Nick Berg'in, Usame bin Ladin'in Irak'taki teğmenlerinden biri olan Ebu Musab ez-Zerkavi tarafından başının kesilmesi videoya çekilmişti. Videodaki adamlar baş kesme eyleminin, Amerikan güçlerinin batı Bağdat'taki Ebu Gureyb hapishanesinde uyguladıkları işkence eylemlerinden intikam almak için gerçekleştirildiğini söylemişlerdi. Ülkesi işgal altında olduğu için birisini öldüren bir teröristin, bir psikopata nazaran çok farklı sebeplerle hareket ettiği söylenebilir. Aynı eylemin (cinayetin) empati devresindeki aynı kesintiyle ortaya çıktığı kararına varabilir miyiz?

Gazze'den Kudüs'e sınırı geçerek gelen ve ergen yaştaki masum çocuklarla dolu bir kafeyi patlatan bir intihar bombacısını suçlamaya meyilli olabiliriz ama aynı mantıkla, Afrika Ulusal Kongresi'nin askeri kanadı olan Umkhonto we Sizwe'nin lideri olduğu zamanlar için Nelson Mandela'yı da suçlamamız gerekir. Hiç kimsenin canının yanmamasını umarak, ama bir yandan da masum insanların patlamalardan etkilenebileceğinin farkında olarak askeri ve hükümete ait binaların bombalanmalarını koordine etmişti. Aynı ölçüde, Siyonist davanın bir parçası olan bir Yahudi anavatanı oluşturma amacıyla İngilizleri Filistin'i terk etmeye razı etme teşebbüsüyle 22 Temmuz 1946'da, Kudüs'teki King David Oteli'ni patlatan ve 91 kişinin ölümüne, 46 kişinin de yaralanmasına yol açan, Haganah paramiliter örgütünün militan bir yan örgütü olan Irgun'un lideri Menachem Begin'i de suçlamamız gerekir. Tıpkı Mandela'nın sonradan Güney Afrika'nın başkanı ve Nobel Barış Ödülü'nün sahibi olması gibi, Begin de sonradan İsrail'in başbakanı ve Mısır'ın başkanı Enver Sedat'la beraber Nobel Barış Ödülü'nün ortak sahibi olmuştur.

Teröristin empatik olmayan eyleminin hedefi, teröristin inancı (örneğin, özgürlüğünün ve kimliğinin tehdit altında olduğu inancı) sebebiyle seçildiği için, eylem mutlaka bir empati açığının sonucu olmak zorunda değildir. İnanç ve/veya mevcut siyasi bağlam davranışın yönlendiricisi olabilir. Yine de eylem anında, teröristin empatisinin kapanmış olduğu fark edilmelidir; 11 Eylül'de uçağı İkiz Kulelere doğru uçururken, (inancı tarafından yönlendirilen) birey artık kurbanlarının esenliğini ve duygularını umursamayı bırakmıştır. Bilindiği üzere Tony Blair Irak'ın işgali emrini verdiğinde, "Tarih bizi affedecektir,"[330] demiştir ama biz bir eylemi, şimdiki sonuçlarını görmezden gelip yalnızca uzun vadeli sonuçlarına bakarak değerlendiremeyiz. Eylemin kendisi, sonuçların yöntemleri haklı çıkarıp çıkarmadığına bakılmaksızın empatik olmayabilir.

Elbette şiddetin dereceleri vardır. Cinayet uç noktada ve birisine bir taş fırlatmak ise daha hafif bir durum olabilir. Bu, Sıfır-Negatifin dereceleri olup olmadığı sorusunu akla getirir. Şüphesiz bazı sözlü taciz biçimleri bazı fiziksel taciz biçimleri kadar acı verici değildir. Birisine bağırmak, onu aşağılamak ya da ona hakaret etmek o kişi için üzücü olabilir, onu korkutabilir ya da sinirlendirebilir ama o kişiye tecavüz etmek, ona fiziksel olarak saldırmak ya da işkence etmek, *hem* bu saydıklarımızın hepsinin olmasına *hem de* yaralanmaya, travmaya ve hatta ölüme sebep olabilir. Sosyal bir gafın birisini gasp etmek kadar kötü bir şey olduğu söylenemez ama gerçekten de az empatinin dereceleri sıralanabilir mi? Empati Katsayısı (EQ) Testi bir kişinin ne kadar az ya da çok empatisi olduğunu ölçmeye yarayan metotlardan biridir ama düşük empatinin bu farklı biçimlerini alt uçta ayırıp ayırmadığı henüz onaylanmamıştır. Aynı ölçüde, empati devresindeki sinirsel etkinlik seviyesi açısından hafif (bir sonraki kişi düşünülerek tuvaletin sifonunu çekme zahmetine girmemek gibi) ama

yine de düşüncesizce empatik olmayan eylemler gerçekleştirenlerinkiyle daha ağır seviyede (insanları gasp etmek gibi) empatik olmayan eylemler gerçekleştirenlerin beyinlerini kıyaslamak ilginç olurdu. Benim tahminim, empati devresindeki düşük-etkinliğin dereceleri olduğu, ağır biçimlerin hafif biçimlere göre bu devrede daha bile az etkinlik gösterdikleri ama iki biçimin de genel nüfus açısından ortalamanın altında olduğu şeklindedir.

İnsani doğamızla ilgili daha derin bir soruyu öne sürmek istiyorum: Hepimizde birisini öldürebilme potansiyeli var mıdır? Bu kitapta geliştirmeye çalıştığım kurama göre, birisine saldırabilecek ya da birisini öldürebilecek bireyler sadece düşük empatiye sahip bireylerdir, yani empatileri geçici ya da kalıcı olarak kapanmıştır. İster "önceden planlanmış" ister dürtüsel cinayetten bahsediyor olalım önerme, böyle eylemlerin ya birisinin genlerinin, ya erken dönem deneyimlerinin ya da mevcut durumun sonucu olarak empatinin kapatılmasını gerektirdiği şeklindedir. Bu, çoğu insanın tam da ortalama veya ortalama üstü empati seviyelerinden ötürü böyle zalimce eylemleri gerçekleştirebilir olmadıkları anlamına gelir. ("Mevcut durum", mesela bir duygunun hararetiyle işlenen bir cinayeti, bir "tutku cinayetini", nefsi müdafaa cinayetini ya da sevilen bir kişiyi korumak amacıyla "gözü kara bir öfkeyle" işlenen bir cinayeti kapsayabilir. Aynı ölçüde geçici psikotik hastalıklar sırasında işlenen bir suçu da kapsayabilir.) Sebep ne olursa olsun, kurama göre aynı empati devresinin etkilenmiş olması gerekir.

Kolombiya Üniversitesi'nden adli psikiyatrist Michael Stone, cinayetten hapse düşmüş Sıfır-Negatif bireylerin vakaları arasında ayrım yapabilmek için kötülüğün yirmi iki kademeli bir ölçeğini formüle etti. Bu ölçek, bir cinayet/şiddet suçu türleri sınıflandırması girişimidir ama daha ziyade cinayetlerin ve şiddetin sebep listesi olarak da okunabilir (durumsal se-

bepleri de kapsar); beynin içindeki yirmi iki anlamlı ayrıma tekabül etmeleri pek olası değildir. (Detaylarıyla ilgilenenler için Stone'un seviyeleri (özet olarak) notlar kısmındadır.[xlix])

Ama bu kitabın ardındaki anahtar soruya geri dönelim. Sıfır-Negatif insan zalimliğini açıklar mı? Bu soruya cevap verebilmek için gerçek zulüm vakalarına bakmamız ve yüzeysel farklılıklarına rağmen hepsinin temelde aynı normalin altında çalışan sinirsel empati devresinden mi kaynaklanmış olabileceğini şormamız gerekir. Bu soruya cevap verebilmek için henüz tüm verilere sahip olmasak da sav tam olarak budur. Bölüm 1'de "kötülük" eylemlerinin birçok türünü inceledik. Eylemin doğası ne olursa olsun (empatik olmayan eylemlerden fiziksel olanlar: fiziksel şiddet, cinayet, işkence, tecavüz, soykırım, vs. ya da empatik olmayan eylemlerden fiziksel olmayanlar: aldatma, alay, sözlü taciz, vs.) tam da eylem anında empati devresinin "kapandığını" varsayabiliriz. Bu durum, aslında normal olan bir bireyde sistemin geçici olarak kapanması olabilir. B, P ya da N-Tipi olan bir kişide ise empati sistemi daimi olarak kapalı olabilir.

Bu, empati devresinin geri dönüşü olmaksızın ya da en azından nasıl uzun vadeli olarak nasıl kapanabileceği sorusunu ortaya çıkarıyor. Bölüm 3'te erken dönem çevresel etmenlerin (örneğin duygusal istismar ve ihmal), "içsel mükâfatımızı", kendimize verdiğimiz değeri ve insanlara güvenme veya başkalarıyla güvenli bağ oluşturma becerimizi nasıl tüketebileceğini görmüştük. Aynı şekilde, Bölüm 5'te bir gen silsilesinin, muhtemelen empati devremizi değiştirme vasıtasıyla empatimizi nasıl etkileyebileceğini görmüştük. Bu genetik ve çevresel etmenlerin bazıları beyin gelişiminde kalıcı, *organizasyonel* etkiler meydana getirerek, seks steroid hormonal sistemi gibi moleküler yolları da değiştirirler.

Nörobilimde "organizasyonel" etkiler kavramı, gelişim psikolojisindeki "kritik" ya da "hassas" dönemler kavramını

hatırlatır. Doğum öncesi (testosteronu da kapsayan) seks steroid hormonlarının beynin gelişimi üzerinde tersinemezmiş gibi görünen etkileri olduğunu gördük. Birisinin doğum öncesi testosteron seviyesi ne kadar yüksek olursa, beyin daha kuvvetli bir sistemleştirmeye ve daha zayıf bir empatiye doğru o derece "erkekleşir".[295, 331]

Böylelikle, "kötü" eylemler silsilesine geri dönelim: Hepsi de empati devresini etkileyen bu tarz erken dönem çevresel (duygusal mahrumiyet) ya da biyolojik etmenlerin (genler ve/veya hormonlar, nörotransmitterler, vs.) sonucu mudur? Anımsarsınız, Josef Fritzl yirmi iki yıl boyunca kilit altında tuttuğu kızı Elisabeth'e defalarca tecavüz etmişti. Duruşmasında kızının filme alınmış on saatlik delil videosunu dinledikten sonra, "İlk kez Elisabeth'e ne kadar zalimce davranmış olduğumu fark ediyorum," der. Belli ki, yalnızca başka birisinin –üstelik kendi kızının– acısı kendisine dayatıldığında bir şeyleri anlamaya başladığı için, bu adam empatinin doğal olarak ortaya çıktığı birisi değildir. Duruşmada ifade veren psikiyatrist Adelheid Kastner, bazı kalıtsal etmenleri kastederek Fritzl'ın "tecavüz etmek için doğmuş olduğunu" söyledi. Gelecekte Sıfır-Negatifin bu tarz vakaları genetik olarak test edilebilir ve böylece hangi gen takımının, düşük empatinin bu uç noktalarına katkıda bulunduğunu anlayabiliriz. Aynı ölçüde Kastner, Fritzl'ın annesi tarafından defalarca dövülmüş olduğundan davranışlarının çocukluğuna dayandığını beyan etmiştir.[332]

1999'da, Columbine Lisesi'ndeki kötülüğüyle nam salmış bir vakada Eric Harris ve Dylan Klebold sınıf arkadaşlarını ve öğretmenlerini öldürmüştü. Evde yaptıkları bombaların kabloları kötü bir şekilde bağlanmıştı, ama amaçları kafeteryadaki altı yüz insanı öldürmekti. Sıfır-Negatif kuramıyla tutarlı bir şekilde, psikolog Robert Hare tarafından da tasdiklenmiş bir teşhis olarak Harris klasik bir psikopatken (P-Tipi), Kle-

bold (en azından onun da B-Tipi olmasıyla bağdaşan bir durum olarak) depresif ve intihara meyilli bir karakterdi. Harris günlüğüne şunları yazmıştı:

> Amerika'nın özgür insanların ülkesi olması gerekmiyor mu? Eğer özgürsem nasıl oluyor da herifin teki, sıçtığımın cuma gecesi, ne idüğü belirsiz sıçık bir yerin ortasında, sıçtığımın kamyonetinin ön koltuğunda apaçık görünür bir şekilde eşyalarını bıraktığında, ben bu lanet olası salağın eşyalarını araklayamıyorum? Doğal seleksiyon. Bu bok herifi vurmak gerekir![333]

Ne yazık ki empatinin sıfır derecesinin bu gibi örneklerinin sonu yoktur ve her ne kadar kuramı her bir bireysel vaka için test edemesek de, bu tür suçları devamlı olmasa da sık sık işleyenlerin erken dönem gelişimleri ve/veya psikolojik profilleri bu tür risk etmenlerini içerir.

Bir sonraki sorun, empatinin çocuklukta ya da ergenlik döneminde olmaması durumunda sonradan gelişip gelişemeyeceğidir. Melissa Todorovic bir cinayetin "azmettiricisi" olmasından ötürü Toronto'daki bir hapishanede tutulmaktadır.[334] On beş yaşındayken, (D. B. olarak bilinen ve hafif düzeyde öğrenme güçlüğü çeken) on yedi yaşındaki erkek arkadaşını, hiçbir zaman tanışmadığı ama kıskandığı Stefanie Rengel isimli bir kızı bıçaklaması için ikna etmiş. Aylar süren dırdırından ve cinsel olarak beraber olmama tehditlerinden sonra çocuk, tuhaftır ki, onun bu talebini yerine getirmeyi kabul etmiş. Stefanie'nin bir şekilde ailesinin evinden dışarı çıkmasını sağlayıp kızı altı kez bıçaklamış.[335] Melissa'ya yaptığı şeyi söylemiş ve sonra Melissa, gerçekten ölüp ölmediğini kontrol etmek için Stefanie'yi aramış. İstediği şeyi yapmış olduğunun tasdiklenmesinden sonra çocukla seks yapmayı kabul etmiş.

Stefanie öldü ve mahkeme, eylemi gerçekleştirmiş olmasa da Melissa'nın taammütte (eylemi gerçekleştirme niyeti) er-

kek arkadaşı kadar suçlu olduğuna hükmetti. Kumpas kurmaktan suçlu olduğu kabul edildi. İki sene geçmiş olmasına rağmen Melissa hâlâ pişmanlık duymuyor. Onun vakasını inceleyen psikologlar ve psikiyatristler genç yaştaki insan beyninin yirmi beş yaşına kadar halen gelişmekte olduğunu[336] ve bu sebeple Melissa'nın, sadece empatisindeki aşırı bir gelişimsel gecikmeden mustarip olma ihtimaline karşı açık görüşlü olmamız gerektiğini ileri sürdüler.

Bölüm 3'te görmüş olduğumuz gibi, bu tür Davranım Bozukluğu örnekleri fazlasıyla P-Tipini (Psikopatik Kişilik Bozukluğu) akla getirir. Bunun, vakaların tamamında görülmüyor olması, bu türün uç noktalardaki suçları işleyen bir alt grubunun, izlediği yolu daha empatik bir yolla değiştirmek için zamanla yeterli miktarda otokontrol ve/veya duygu-düzenleme ve/veya ahlaki farkındalık geliştirdiği anlamına gelir. Sanıyorum, bu alt gruba ender rastlanır.

Hapis cezası verme durumunda, elbette bilimsel bulgular görmezden gelinebilir ve onun yerine kurbanın ailesinin duygularına odaklanılabilir. Toronto'da, bir cuma gecesi yemeği sırasında Melissa Todorovic'in vakasını tartıştık: toplum nasıl tepki vermeli? Masada her türden fikir belirtildi. Bir uçta Lynn'in görüşü vardı: "Eğer birinin canını aldıysa, kendi yaşamı üzerindeki hakkını da kaybeder. Ömür boyu hapis bu anlama gelir. Anahtarı fırlatıp atın ve bırakın hapiste çürüsün!"

Diğer uçta Avi'nin görüşü vardı: "Kötü" suçlar işleyenlere bile "hatalarını" fark etme ve bundan ders alma şansı verilmeli: "Peter Sutcliffe [çoğu fahişe olarak çalışan on üç kadını öldürmüş olan Yorkshire seri katili[li]] neredeyse otuz senedir hapiste. Biraz da özgür olarak geçireceği yılların tadını çıkarmasına izin verilmeli, adil bir bedel ödemiş."

Ben kendimi kesinlikle fikir tayfının bu ucuna yakın bir yere yerleştiriyorum. Kol Nidre gecesi, Cambridge'deki Beth Shalom sinagogunda oturduğumu hatırlıyorum. Ateist bir

filozof ve arkadaşım olan Peter Lipton "kefaret" konulu bir vaaz veriyordu:

> Birisine esasen kötü davrandığımızda, o kişiyi insan olmaktan çıkarırız. Eğer her insanın içinde belli bir miktar iyilik olduğu görüşünü ele alırsak, bu kısım onların kişiliklerinin yalnızca %0,1'i dahi olsa, onların iyi olan kısmına odaklanarak onları insanlaştırırız. İyi kısmı kabul ederek, onunla ilgilenerek ve onu ödüllendirerek onun çöldeki ufak bir çiçek gibi büyümesine izin vermiş oluruz.

Bu fikri provokatif buluyorum çünkü bu tavrın çıkarımı, –onları ne kadar kötü resmedersek edelim– hiç kimseye yüzde yüz kötüymüş gibi veya insancıl bir yaklaşıma yanıt vermenin ötesindeymiş gibi davranılmaması gerektiğidir. Sorun bunun mantıksal sonucuna doğru zorlanıp zorlanamayacağıdır: Eğer açık bir biçimde "kötü" olan bireyler (bu kategori için Hitler bir aday olabilirdi) işledikleri suçlar için vicdan azabı çekerlerse ve cezalandırılmış olurlarsa, onları iyileştirme kanısıyla iyi niteliklerine odaklanmaya çalışır mıydık? Benim görüşüm, bunu yapmamız gerektiğidir; hem de işledikleri suç ne kadar kötü olursa olsun. Faile empati gösterdiğimize, onu bir nesneye dönüştürerek suçu tekrar etmediğimize ve böylece onu insan olmaktan çıkarmadığımıza dair tesis edebileceğimiz tek yol budur. Yoksa cezalandırdığımız kişiden daha iyi kişiler olmamış oluruz.

Ben bunları yazarken, ilginçtir, Ronnie Lee Gardner (mahkûm edilmiş bir katil) Utah eyaletinde bir atış mangası tarafından idam edilmişti. Denilene göre, kabahatiyle yüzleşmiş ve yetişkinlikteki yaşamını, kendi başına da gelmiş ve işlediği suçlara sebep olmuş olan ihmal ve istismarın başka gençlerin de başına gelmesini engellemeye çalışarak geçirmiş. Fakat yaşı geçtikçe göstermiş olduğu bariz değişime rağmen, Utah eyalet adliyesi onun öldürülmesi gerektiğini düşünmüş.

Benim dikkatimi çeken nokta, sandalyeye bağlı silahsız bir mahkûmu vurmaya gönüllü olabilecek beş adet polis memurunu –modern Amerika'da bile– bulmanın mümkün olması. Benim için daha bile çarpıcı olanı, idam memurları için hedef işlevi görsün diye bir doktorun Ronnie'nin kalbinin üstüne bir işaret koymuş olmasıydı. Bu doktor, doktor olarak işini mi yaptığını düşünüyordu? Ronnie'yi ölüme mahkûm etmiş olan yargıçtaki ya da tetiği çeken idam memurlarındaki empati neredeydi? Onu sevilen bir kişi olarak gören yeğeni, o ölürken ağlamıştı.

Tahmin ettiğiniz üzere, ben ölüm cezasına karşıyım. Sadece barbarca değil (ve ironik bir biçimde devleti, cezalandırmaya çabaladığı birey kadar empatik olmaktan uzak hale getiriyor), aynı zamanda bireyin içindeki değişim ya da gelişim olasılığını ortadan kaldırıyor. Empati bileşenlerinin (duygu tanıma gibi) öğrenilebildiğinin halihazırda kanıtları olduğunu biliyoruz.[316, 337, 338] Bu metotlar neler yapmaya çalışılabileceği açısından henüz sadece yüzeyi eşeler durumda. Ayrıca empatinin –duygu-tanımanın ötesindeki– diğer yönlerinin öğretilebileceği ve öğrenilebileceği konusunda açık görüşlü kalmaya devam etmemiz gerekiyor. Rehberlik ve rol-yapma teknikleri gibi diğer psikolojik terapiler empatiyi teşvik etmeyi amaçlama iddiasındadırlar ve bunların işe yarayıp yaramadığını gösteren sistemli çalışmaların yapılması faydalı olurdu. Empati eğrisinin farklı noktalarındaki insanlar için bunların işe yararlık kapsamının da sınanması gerekir. Örneğin, EQ'su nispeten ortalamanın altında olan birisinin bir müdahalenin akabinde empatisini nispeten yükseltmesi şaşırtıcı olmazdı. Tamamen empatinin sıfır derecesinde olan birisine yardım edilip edilemeyeceği ve edilebilirse de, empatisinin bir gün "normal" seviyelere ulaşıp ulaşamayacağı ise zamanla tespit edilecektir.

Bölüm 2'de empatinin normal çan eğrisi şeklinde nasıl dağıldığını görmüştük. Şu ana kadar sıfır uç noktasını göz önünde bulundurduk ve empatinin diğer uç noktasına, süper-seviyede olanlara neredeyse hiç değinmedik. Bu insanlar neye benzer? Zürih'ten sinirbilimci Tania Singer Sicilya, Erice'deki güzel bir konferans merkezinde bu konu üzerine bir sunum yaptı. Yetişkinlikteki yaşamını hem kendisinin hem de başkalarının acılarına verdiği tepkiyi kontrol etmeyi öğrenerek geçirmiş olan Budist bir keşişin beynini taramıştı. Rahatsız pozisyonlarda uzun süreler boyunca otururken sakin ve huzur içinde kalabiliyor, kalp atış hızını meditasyon aracılığıyla kontrol edebiliyor ve yaşayan herhangi bir kişi ya da hayvana karşı empati gösterebiliyordu. Tania, başka insanların yüz ifadelerine bakarken keşişin beyninin bir aşırı-faaliyet durumunda olduğunu gösterdi.

Büyüleyici konuşmasının sonunda ona, keşişin davranış tarzının gerçekten süper-empatiyi içerdiği sonucuna varıp varamayacağımızı sordum. Kibarca, eğer keşiş, beynindeki acı matrisinin kendine dönük yönlerini zapt ediyorsa (ve beyin taramaları durumun aynen böyle olduğunu göstermiştir), belki o zaman empati devresindeki aşırı faaliyetin, kendininkini arka plana atarak özellikle başkalarının duygusal durumuna konsantre olabildiğini gösterebileceğini ileri sürdü. Görünüşe bakılırsa bu, ayna nöron sisteminin ve üstün empatinin zapt edilişinin mükemmel bir göstergesidir.

Ama bu yorum beni ikna etmiyor. İlk olarak, eğer birisi kendi acı algısını zapt edebiliyorsa bu, savaş alanında ya da rekabete dayalı sporlarda işe yarayabilecek bir maharet olsa dahi, bunun süper-empati için gerekli olduğu net değildir. İkinci olarak, eğer başka birinin acısına verdiğiniz *yerinde* duygusal tepkiyi zapt ederseniz, bu nasıl empatik bir şey olur? Keşiş her ne yapıyor idiyse, bu açıkça anormal bir

şeymiş ve benim empati tanımıma uymuyor. Eğer, keyiften acıya kadar bir dizi duygu değişimi yaşıyorsanız, duygularınız değişirken bir keşişin size, "Seni yargılamadan kabul ediyorum," dercesine sakince gülümsemesinin duygularınızla ahenksiz olacağını düşünüyorum. Hiç değilse, acı içindeyseniz, sizi önemsediğini gösteren bir parça şefkat ibaresi görmek ve hissetmek iyi olurdu. Zihnime verilecek normal bir empatik tepkiden kopmuş olması, keşişi süper-empatizan adaylığından diskalifiye ediyor.

Bazı insanlar beni, civardaki herhangi birinin sıkıntısı ve hatta duyulan herhangi bir haber yüzünden bile sürekli sıkıntı içinde olunacağından süper-empati halinde olmanın nahoş bir şey olacağına ikna etmeye çalıştı. Özellikle ayna nöron sistemi kişide, başkasının açığa vurduğuna benzer bir duyguya sebep oluyorsa, böylesi bir üzüntüye duygusal olarak karşılık vermek hem bunaltıcı hem de üzücü olabilir. Süper-empatinin uyumsuz olabileceği fikrinin ilgi çekici olduğunu düşünüyorum ama yine de bu konudaki kuşkuculuğumu koruyorum, çünkü bir birey kendi duygularını başkasınınkinden ayıramayacak derecede şaşkına dönmüş ise, bu bireyin hangi anlamda süper-empati sahibi olduğu söylenebilir? Böyle bir kafa karışıklığı durumunda empatikten ziyade endişeli olabilirler.

Süper-empatinin bana göre ne olmadığından söz ederek geçirdiğim zamandan sonra, süper-empatinin bana göre ne olabileceğini söylemem icap eder. Bölüm 2'den, herhangi birinin duygularına hızla kanalize olan ve bu duyguları hassasiyetle ve müthiş bir kesinlikle de sözcüklere döken psikoterapist Hannah'yı anımsayın. Kanımca, Hannah Empati Mekanizması Altıncı Seviyede olan biri için iyi bir adaydır. Süper-empatili biri için ikinci bir aday, başpiskopos Desmond Tutu'dur. Onun ırkçılığa karşı mücadeledeki fevkalade rolünü ele alan yakın tarihli bir belgeselde,[339] sevdikleri kişilere işkence etmiş ya da onları öldürmüş beyaz polis

memurlarına ve hapishane gardiyanlarına kişisel hikâyeleri-ni anlatan siyahi mağdurları dinlerken katıldığı Hakikat ve Uzlaşma Görüşmeleri'nde, Tutu sesli bir şekilde ağlamamak için görünür bir şekilde elini ısırmak zorunda kalmıştı. Başka birinin acısını duyduğunda hissettiği acı ve ıstırabı ifade etme isteği o derece güçlüydü. Ama, röportajda açıkladığı üzere, bu görüşmeler mağdurların duygularını tasdik etmek içindi, onunkileri değil. Göstere göstere ağlamış olmak, dikkat odağını mağdurların duygularından kendi duygularına çekmiş olurdu. Bu sebepten ötürü, derin üzüntüsünü elinden gelen en iyi şekilde bastırmıştı.



Görsel 11: Hakikat ve Uzlaşma Görüşmeleri'nde başkanlık yapmış ve ırkçı Apartheid Güney Afrika rejiminin devrilmesinde kilit bir rol oynamış olan Desmond Tutu.

Beyaz gardiyanların ve memurların da bağışlanmayı tecrübe etme imkânına ihtiyaçları olduğunu kabul etmek, kısmen Tutu'nun derin dini algısı tarafından güdülenmişti ama bu, aynı zamanda saldırganın bile haysiyeti ve pişmanlık gösterme imkânını hak eden bir kişi olduğuna dair bir kabuldü. Ama pişmanlığın her zaman için mümkün olmadığını kabul

etti. Adalet Bakanı James Kruger'ın siyahi aktivist Steve Biko'nun ölümü ile ilgili, "Ölümü beni etkilemedi," dediğini anımsadı.[340] Tutu, bizim de bu kitapta sormuş olduğumuz şeyi soruyor; bir insana ne olmuştur ki başka bir insanın ölümü üzerine hiçbir şey hissetmez?

Bildiğim kadarıyla Hannah ya da Desmond Tutu gibi bireylerin beyinleri hiç taranmadı, ama net bir tahminde bulunabiliriz: Sıfır-Negatiflerde normalin altında faaliyet gösteren empati devresi, onlarda normalin üstünde faaliyet gösterir.

Şüphesiz, Sıfır-Negatif olmak iyi bir durum değildir. Öteki uç nokta olan süper-empati için yorumum, bunun tamamen pozitif olduğudur, ama bu yalnızca çok özgeci bir perspektiften doğru olabilir. Bununla birlikte özgecilik ille de yedi yirmi dört sürdürülebilir bir yaşam tarzı değildir. Sadece başkalarına odaklanırsanız, kendi ihtiyaçlarınızı ihmal etme riskiniz vardır. Kendi ihtiyaçlarınıza da çok fazla odaklanmak, bizzat sosyal destekten mahsur kalma tehlikesi taşıyan bir ben-merkezcillikle sonuçlanabilir. Empatinin (insanların çoğunun yüksek seviyelerdense orta seviyelerde empati gösterdiği) bir çan eğrisi olmasının sebebi muhtemelen orta seviyede empatinin en iyi uyum sağlayabileni olmasıdır. Çok fazla diğer-merkezcil olmak demek, kendi hırslarının peşinden asla gitmemek veya diğerlerinin keyfini kaçırma ve küçük düşürme korkusuyla asla rekabetçi hareket etmemek demektir. Çok ben-merkezcil olmanın da, sonucun (özellikle iş dünyasında ya da kaynakların birikiminde) kayda değer olabileceği, başka her şeyin dışlanma noktasına varıncaya kadar kendi hırslarının peşinden gitme avantajı vardır, ama "acımasız piç kurusu" daha zengin veya güçlü hale gelirken, aynı zamanda bu süreç boyunca daha çok da düşman edinecektir. Empatinin çoğunluk seviyelerindeki dikkat çekici denge, bireye empatinin yararlarını dezavantajları olmaksızın bahşeden, evrimleşmiş bir adaptasyon olabilir.

İkisinin de kendince bir değeri olduğunu ikna edici bir şekilde tartıştığımı umduğumdan, okuyucuların bu kitaptan empatinin mantıktan daha iyi olduğu sonucunu çıkarmalarından korkuyorum. Sıfır-Pozitif durumunda mantığın (güçlü sistemleştirmenin) değerini açık bir şekilde görüyoruz. İş problem çözmeye geldiğinde, birçok durumun hem mantık hem de empati gerektirdiği açıktır. Karşılıklı olarak dışlayıcı değildirler. Anlaşmazlık ister evde, ister iş yerinde, isterse de uluslararası ilişkilerde olsun, mantık ve empati kombinasyonunun salık verecek çok şeyi vardır. Sadece birçok senaryoda empatinin ihmal ediliyor olmasından dolayı, apaçık olan bu savın yine de öne sürülmesi gerekir.

Bir kişiye, kendi duyguları olan bir kişiymiş gibi davranmayı kesip de bir nesneymiş gibi davranmaya başlamamızı, ben kısıtlı empati (Bölüm 1) olarak tanımlıyordum. Ama şu soru sorulabilir: Hepimiz sürekli birbirimize bunu yapmıyor muyuz? Bir arkadaşlıktan keyif alıyoruz çünkü o kişi bize bir şeyler veriyor; bir cinsel ilişkiden keyif alıyoruz çünkü o kişinin bedeni bir nesne; bir kişiye iş veriyoruz çünkü ihtiyacımız olan bir hizmeti sağlıyor ve birini güzelliği ya da atletik zarafeti için izlemekten keyif alabiliyoruz. Bunların hepsi de nesneleştirilmiş kişi veçhelerini kapsıyor.

Benim buna yanıtım, eğer empatimiz açıksa, bir kişiye bir nesneymiş gibi davrandığımız süre boyunca, eş zamanlı olarak o kişinin duygularının da farkındayızdır ya da o duygulara karşı duyarlıyızdır. Eğer duygusal durumları değişmişse, mesela bir anda üzülmüşlerse mevcut işimize devam etmeyi bırakır, sorunun ne olduğundan ve neye ihtiyaçları olabileceğinden emin olurduk. Eğer arkadaşlığımız, kişi artık ondan elde ettiğimiz şeyi sağlayamadığında onu yüzüstü bırakacak derecede, tamamen ondan ne elde ettiğimiz üzerine kuruluysa, yalnızca sığ bir ilişki olmaz, aynı zamanda da empatik olmayan bir ilişki olur. Ama, eş zamanlı olarak bir insanı nesne-

leştirdiğimiz ve onun duygularına karşı olan hassasiyetimizi de kapattığımız noktanın empatinin sıfır derecesine doğru giden yolun *başlangıç noktası* olduğunu ekleyerek empati tanımımı değiştirmeliyim. İnsanların işledikleri suçların listesinden görmüş olduğumuz üzere, öyle bir zihin durumu sadece çok ama çok daha zararlı şekillerde davranmayı mümkün kıldığından dolayı, burada bahsettiğimiz bir uç nokta değildir.



YETERİNCE FAYDALANILMAMIŞ BİR KAYNAK OLARAK EMPATİ

Bu kitabı yazmamdaki motivasyonlarımdan biri, sizi empatinin dünyadaki en *değerli kaynaklardan* biri olduğuna ikna etmekti. Empati aşınması, ister küçük olsun (aileler gibi) isterse büyük (uluslar gibi), topluluklarımızın sağlığıyla ilgili önemli bir küresel meseledir. Aileler artık birbiriyle konuşamayan kardeşler veya birbirlerine karşı berbat bir güvensizlik geliştirmiş çiftler ya da birbirlerinin niyetlerini yanlış anlayan çocuklar ve ebeveynler tarafından parçalanabilir. Empati olmaksızın ilişkilerin bozulma riskiyle karşı karşıya kalırız, birbirimizin canını yakabilir hale geliriz ve çatışmalara sebep olabiliriz. Empatiyle beraber, çatışmaları çözümleyecek, topluluğun bağlılığını artıracak ve başka birinin acısını sona erdirecek bir kaynağımız olur.

Sanırım empatiyi cepte sandık ve böylece onu bir dereceye kadar da görmezden geldik. Bir bilim olarak psikoloji de onu bir yüzyıldır neredeyse görmezden geldi. Edebiyat ve matematiğe odaklanan eğitimciler de onu büyük ölçüde görmezden geldi. Empatinin her çocukta ne olursa olsun gelişeceğini varsayıverdik. Onu beslemek için az miktarda zaman, emek ve para harcadık. Ona herkesten daha fazla ihtiyaç duymalarına rağmen, politikacılarımız neredeyse hiçbir zaman ondan bahsetmiyorlar. Bu kitap, empatiyi gündeme geri taşımada

Jeremy Rifkin'in tarihsel açıklaması *The Empathic Civilization* (Empatik Medeniyet) ve Frans de Waal'in evrimsel açıklaması *Empati Çağı*'nın hemen ardından gidiyor.[lii] Ama yakın zamana kadar, sinirbilimciler empatinin ne olduğunu neredeyse hiç sorgulamamışlardı. Umarım şimdiye kadar çoktan, eğer ona öncelik verirsek tür olarak tam da elimizin altında ne kadar güçlü bir kaynağa sahip olduğumuzu fark etmişsinizdir.

Empatinin gücü hakkındaki bu konuşmamızın gerçek dünya çıkarım'larından noksanmış gibi görünmesi ihtimaline karşı, iki millet arasındaki ilişkilerin bozulma durumunu değerlendirerek bunu gerçekçi bir noktaya getirelim: Yirminci yüzyılın büyük kısmı boyunca ortalığı kırıp geçiren ve yatışma emaresi göstermeksizin süregiden Ortadoğu çatışması. Keşke her bir taraf diğerinin bakış açısından bakabilse ve empati kurabilseydi.

İlk Siyonistler kısmen, çoğunun ailesi on dokuzuncu yüzyıl Rus soykırımlarında ve yirminci yüzyıl Nazi soykırımlarında zulme uğramış, anti-Semitizm dalgasının Yahudi mültecileriydi. Altı yaşındayken Litvanya'daki soykırımlardan kaçıp, 1906 yılında bir gemiyle Montreal'e gelmiş olan büyükbabam Michael Greenblatt, bu ilk Siyonistlerdenmiş. Onu ne zaman ziyaret etsem, yeni İsrail anavatanının kuruluşuna yardım etmek için para toplama işiyle meşgul olduğunu görürdüm. Kudüs'teki Scopus Dağı'nda birinci sınıf bir İbrani Üniversitesi'nin inşası için heyecan verici bir projede aktif rol oynadı. İsrail, birinci sınıf hastanelere sahip şehirler, orkestralar ve araştırma merkezleri kurarak dikkate değer başarılara nail olmuş ama başından itibaren bir dizi trajik askeri çatışmaya da bulaşmıştır. 1948'de İsrail Devleti kurulduktan yalnızca bir gün sonra, Arap komşuları tarafından işgal edilmesi oldukça dikkat çekecek bir durumdur. Peki neden?

Bunun sebebi kısmen, belki yeni bir devleti onaylayan Birleşmiş Milletler'in de hafife almış olduğu bir netice olan, çoğu

Filistinlinin İsrail Devleti'nin kurulmasıyla beraber anlaşılabilir bir biçimde yerinden edilmiş hissetmesi olabilir. Esas sebep ne olursa olsun, netice daima daha fazla insan acısına neden olan Filistinli bombacıların ve İsrail tanklarının dişe diş bir saldırı döngüsü içinde geçirdikleri altmış sene olmuştur. Döngünün bu noktasında, iki taraftan da pek çok kişi yalnızca kendi bakış açılarını görmektedir ve –bu bağlamda– öteki için olan empatilerini kaybetmişlerdir. Askeri çözümlerin işe yaramamış olduğu nettir ve ben, *ileriye dönük tek yolun empati vasıtasıyla olacağını* ileri sürüyorum. Neyse ki Ortadoğu'dakilerin empatilerini herhangi bir kalıcı veya devamlı şekilde kaybetmediklerine dair bulgular mevcut. Geçen sene Kuzey Londra, Golders Green'deki Alyth Gardens sinagonuna gittim. Sahneye iki adam çıktı.

İlki konuştu: "İsmim Ahmet ve ben bir Filistinliyim. Oğlum, İntifada'da bir İsrail kurşunu tarafından vurularak öldürüldü. Hepinize Şabat Şalom demeye geldim."

Sonra öteki konuştu: "İsmim Moşe. İsrailliyim. Benim de oğlum, İntifada'da Filistinli ergenlik çağındaki bir gencin fırlattığı el yapımı bir bomba tarafından öldürüldü. Hepinize Selamın Aleyküm demeye geldim."

Şok olmuştum! Burada, kederlerinin bir araya getirdiği ve şimdi birbirinin dilini kucaklayan, politik bölünmenin ayrı taraflarından iki baba vardı. Nasıl tanışmışlardı? Moşe, İsraillilerin ve Filistinlilerin birbirlerinin evini doğrudan ücretsiz arayabilmeleri ve dikenli telin öteki tarafında olup da bir yakını ölmüş ebeveynlere empatilerini ifade edebilmeleri için "The Parents Circle" (Ebeveyn Çemberi[liii]) isimli bir hayır kurumu tarafından teklif edilmiş bir fırsatı değerlendirmiş. Ahmet, Gazze'deki evinde otururken bir gün telefonun nasıl da çalıverdiğini anlattı. Arayan ve o cesur ilk adımı atan, o zamanlar Kudüs'te bir yabancı olan Moşe'ymiş. İkisi de telefonda hüngür hüngür ağlamış. İkisi de daha önce öteki topluluk-

tan herhangi bir kişiyle asla tanışmamış ya da konuşmamış, ama ikisi de birbirine ötekinin neler yaşadığını iyi bildiğini söylemiş.

Moşe, Ahmet'e şöyle demiş:

"İkimiz de aynı durumdayız; ikimiz de oğlumuzu kaybettik. Senin acın, benim acımdır."

Ahmet cevap vermiş:

"Bu ıstırap, senin ve benim gibi, sevilen bir oğlu kaybetmenin korkunç acısını tatmanın ne olduğunu öğrenen daha fazla baba olmadan sona ermeli."

İki baba şimdi camileri ve sinagogları farklı ülkelerde gezerek, empatiye duyduğumuz ihtiyaca dair bir farkındalık yaratıyorlar ve yardım için para topluyorlar. Tabii ki bu çok ufak bir adım, ama empatinin her damlası barış çiçeğini sular. liv

Empati evrensel bir çözücü gibidir.[lv] Empatiye batırılan her sorun çözülebilir hale gelir. İster evlilik içi bir anlaşmazlık, uluslararası bir çatışma, işteki bir problem, arkadaşlıktaki sorunlar, siyasi açmazlar veya bir aile kavgası olsun, isterse de komşuyla yaşanan bir problem; empati, insanlar arası sorunları öngörme ve çözmede etkili bir yoldur. Umarım bu kaynağın, sorunları çözmek için (silahlar, kanunlar ve din gibi) alternatiflerine göre daha iyi bir yol olduğuna ikna olmuşsunuzdur. Trilyonlarca dolar harcanan silah endüstrisinin veya düzgünce işlemesi için milyonlarca dolar harcanan hapishane hizmeti ve yasal sistemin aksine, empati bedavadır. Dinin aksine, doğası gereği empati kimseye zulmedemez.

Ek-1
Empati Katsayısı Testi (EQ)

EMPATİ KATSAYISI TESTİ (EQ)
YETİŞKİN VERSİYONU

Anket formu nasıl doldurulacak *Aşağıda çeşitli ifadelerden oluşan bir liste bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi çok dikkatlice okuyun ve ona ne boyutta katılıp katılmadığınızı işaretleyin. Doğru ya da yanlış cevap veya tuzaklı soru diye bir şey yoktur.*

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1. Birinin sohbete katılmak istediğini rahatlıkla anlayabilirim.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
2. Benim kolaylıkla anladığım şeyleri başkaları bir kerede anlamadığında bunu onlara açıklamakta zorluk çekiyorum.	☐	☐	☐	☐
3. İnsanlarla ilgilenmekten gerçekten keyif alıyorum.	☐	☐	☐	☐
4. Sosyal bir durumda ne yapmam gerektiği konusunda zorlanıyorum.	☐	☐	☐	☐
5. İnsanlar, bir tartışmada kendi görüşümü ikna edici bir şekilde anlatmaya çalışırken çok ileri gittiğimi sık sık söylüyorlar.	☐	☐	☐	☐
6. Bir arkadaşımla olan buluşmama geç kalmak fazla canımı sıkmaz.	☐	☐	☐	☐
7. Dostluklar ve ilişkiler çok emek istiyor, o yüzden canımı bunlarla sıkmamaya çalışıyorum.	☐	☐	☐	☐
8. Bir şeyin kaba mı yoksa kibar mı olduğunu değerlendirmekte sık sık güçlük çekiyorum.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
9. Bir konuşmada, beni dinleyen kişinin ne düşünüyor olabileceğinden ziyade kendi düşüncelerime odaklanmaya meyilliyim.	☐	☐	☐	☐
10. Çocukken, ne olacağını görmek için solucanları kesmekten keyif alırdım.	☐	☐	☐	☐
11. Biri bir şey söylüyor ama başka bir şey kastediyorsa, bunu çabucak algılayabilirim.	☐	☐	☐	☐
12. Bazı şeylerin insanları neden bu kadar üzdüğünü anlamak benim için zor bir şey.	☐	☐	☐	☐
13. Kendimi kolaylıkla başka birinin yerine koyabilirim.	☐	☐	☐	☐
14. Bir başkasının nasıl hissedeceğini tahmin etmekte iyiyimdir.	☐	☐	☐	☐
15. Gruptaki birinin uyumsuz ya da rahatsız hissettiğini çabucak fark ederim.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
16. Birinin incindiği bir şey söylersem bu benim değil, onun sorunudur.	☐	☐	☐	☐
17. Eğer biri saç kesimini beğenip beğenmediğimi sorarsa, beğenmemiş olsam da doğruyu söylerim.	☐	☐	☐	☐
18. Birinin bir yorumdan ötürü neden incinmiş olabileceğini her zaman anlayamıyorum.	☐	☐	☐	☐
19. Ağlayan insanları görmek aslında beni üzmez.	☐	☐	☐	☐
20. Her ne kadar kasti yapmasam da, bazı insanların kabalık olarak algılayacağı kadar açık sözlüyüm.	☐	☐	☐	☐
21. Sosyal durumları kafa karıştırıcı bulmaya meyilli değilimdir.	☐	☐	☐	☐
22. İnsanlar bana, onların nasıl hissettiğini ve ne düşündüğünü anlamada başarılı olduğumu söylüyorlar.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
23. İnsanlarla konuştuğumda kendiminkilerden ziyade onların deneyimleri hakkında konuşmaya meyilliyimdir.	☐	☐	☐	☐
24. Bir hayvanın acı çektiğini görmek beni üzer.	☐	☐	☐	☐
25. İnsanların duygularından etkilenmeden karar verebilirim.	☐	☐	☐	☐
26. Birinin söylediğim şeyle ilgilendiğini ya da ondan sıkıldığını kolaylıkla anlayabilirim.	☐	☐	☐	☐
27. Haberlerde insanların acı çektiğini görürsem üzülürüm.	☐	☐	☐	☐
28. Arkadaşlarım bana çok anlayışlı olduğumu söyleyerek, genellikle problemlerini anlatırlar.	☐	☐	☐	☐
29. Öteki kişi bana söylemese de bir yere girmem istenmiyorsa, bunu hissedebilirim.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
30. İnsanlar bazen, sataşma konusunda çok ileri gittiğimi söyler.	☐	☐	☐	☐
31. Sebebini her zaman anlamasam da, insanlar sık sık duyarsız olduğumu söyler.	☐	☐	☐	☐
32. Eğer grupta bir yabancı görürsem, grubun geri kalanına katılmak için çaba gösterip göstermemenin ona kalmış bir şey olduğunu düşünürüm.	☐	☐	☐	☐
33. Bir film izlerken genellikle duygusal olarak mesafeli olurum.	☐	☐	☐	☐
34. Birinin hislerini hızla ve sezgisel olarak dikkate alırım.	☐	☐	☐	☐
35. Birinin ne hakkında konuşmak istiyor olabileceğini kolaylıkla çözümlerim.	☐	☐	☐	☐
36. Birinin gerçek hislerini maskelediğini anlayabilirim.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
37. Sosyal durum kurallarını bilinçli olarak çözümlememem.	☐	☐	☐	☐
38. Birinin ne yapacağını tahmin etmekte iyiyimdir.	☐	☐	☐	☐
39. Duygusal olarak arkadaşlarımın sorunlarına karışmaya meyilliyimdir.	☐	☐	☐	☐
40. Genellikle başka birisinin bakış açısını, katılmadığımda dahi takdir ederim.	☐	☐	☐	☐

EQ'nuzu Nasıl Hesaplayacaksınız?

Aşağıda numaraları verilen ifadeleri, "kesinlikle katılıyorum" dediyseniz ikişer puandan, "kısmen katılıyorum" dediyseniz birer puandan hesaplayın: 1, 3, 11, 13, 14, 15, 21, 22, 24, 26, 27, 28, 29, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40.

Aşağıda numaraları verilen ifadeleri, "kesinlikle katılmıyorum" dediyseniz ikişer puandan, "pek katılmıyorum" dediyseniz birer puandan hesaplayın: 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 16, 17, 18, 19, 20, 23, 25, 30, 31, 32, 33.

Toplam EQ puanınızı hesaplamak için, tüm bu puanları toplayın.

EQ Puanınızı Nasıl Yorumlayacaksınız?

- *0-32 =* ***düşük*** *(Asperger Sendromlu ya da yüksek işlevli otistik insanların çoğu 20 civarında bir puan alır.)*
- *33-52 =* ***ortalama aralık*** *(kadınların çoğu 47 civarı, erkeklerin çoğu da 42 civarı puan alır.)*
- *52-63* ***ortalama üstüdür***
- *64-80* ***çok yüksektir***
- *80 =* ***en yüksektir***

Ek kısmında sergilediğimiz bu testlere ilişkin normlar, geçerlik, güvenirlik ve istatistiksel konularla ilgili detaylar daha önce atıfta bulunmuş olduğumuz, bilimsel dergilerde yayımlanmış makalelerde gösterilmiştir.

EMPATİ KATSAYISI TESTİ (EQ) ÇOCUK VERSİYONU[lvi]

Her bir cümle için uygun ulan ifadeyi işaretleyin.

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1. Çocuğum, insanlara göz kulak olmaktan hoşlanır.	☐	☐	☐	☐
2. Çocuğum, bazı şeylerin insanları neden bu kadar üzdüğünü genellikle anlamaz.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
3. Bir film karakterinin ölmesi durumunda çocuğum ağlamaz ya da üzülmez.	☐	☐	☐	☐
4. Çocuğum, insanların şaka yaptıklarını çabuk fark eder.	☐	☐	☐	☐
5. Çocuğum, solucanları kesmekten ya da böceklerin bacaklarını koparmaktan keyif alır.	☐	☐	☐	☐
6. Çocuğum, istediği bir şeyi kardeşi veya arkadaşından çalar.	☐	☐	☐	☐
7. Çocuğumun arkadaşlık kurmakta sorunları var.	☐	☐	☐	☐
8. Başka çocuklarla oyun oynarken, çocuğum kendiliğinden sırasını verip, oyuncaklarını paylaşır.	☐	☐	☐	☐
9. Çocuğum, birini üzse bile fikrini beyan etme konusunda duygusuz davranabilir.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
10. Çocuğum, bir hayvana göz kulak olmaktan keyif alır.	☐	☐	☐	☐
11. Çocuğum, sık sık fark etmeden kabalık ya da nezaketsizlik yapıyor.	☐	☐	☐	☐
12. Çocuğumun başı, fiziksel zorbalık yaptığı için derde girdi.	☐	☐	☐	☐
13. Okuldayken çocuğum, anladığı bir konuyu başkalarına rahatlıkla ve açık bir şekilde açıklayabilir.	☐	☐	☐	☐
14. Çocuğumun bir ya da iki tane yakın arkadaşı, birkaç tane de başka arkadaşı vardır.	☐	☐	☐	☐
15. Çocuğum, kendininkilerden farklı olduğunda bile başkalarının fikirlerini dinler.	☐	☐	☐	☐
16. İnsanlar üzgün olduğunda, çocuğum kaygılanır.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
17. Çocuğum, insanların sıkıldığını fark etmeyecek derecede kendi düşünceleriyle meşgul olabilir.	☐	☐	☐	☐
18. Çocuğum kendi yaptığı şeyler için başka çocukları suçlar.	☐	☐	☐	☐
19. Bir hayvanın acı çektiğini görürse, çocuğum çok üzülür.	☐	☐	☐	☐
20. Biri canını sıktığında, bazen çocuğum o kişiyi iter ya da çimdikler.	☐	☐	☐	☐
21. Biri onunla konuşmak istediğinde, çocuğum bunu rahatlıkla anlar.	☐	☐	☐	☐
22. Çocuğum, istediği bir şey için pazarlık etmekte iyidir.	☐	☐	☐	☐
23. Çocuğum, başka bir çocuk bir partiye davet edilmezse o nasıl hisseder diye düşünüp üzülür.	☐	☐	☐	☐

	Kesinlikle katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Pek katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
24. Çocuğum, başkalarının acı çektiğini ya da ağladığını gördüğünde üzülür.	☐	☐	☐	☐
25. Çocuğum, yeni gelen çocukların sınıfla kaynaşmasına yardım etmeyi sever.	☐	☐	☐	☐
26. Çocuğumun başı, birilerine lakap takmaktan ya da birileriyle alay etmekten derde girdi.	☐	☐	☐	☐
27. Çocuğumun istediğini elde etmek için fiziksel şiddete başvurmaya meyli var.	☐	☐	☐	☐

Çocuğunuzun EQ'sunu Nasıl Hesaplayacaksınız?

Aşağıda numaraları verilen ifadeleri, "kesinlikle katılıyorum" dediyseniz ikişer puandan, "kısmen katılıyorum" dediyseniz birer puandan hesaplayın: 1, 4, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 19, 21, 22, 23, 24, 25.

Aşağıda numaraları verilen ifadeleri, "kesinlikle katılmıyorum" dediyseniz ikişer puandan, "pek katılmıyorum" dediyseniz birer puandan hesaplayın: 2, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 17, 18, 20, 26, 27.

Toplam EQ puanınızı hesaplamak için, tüm bu puanları toplayın.

EQ Puanınızı Nasıl Yorumlayacaksınız

- *0-24 = **düşük** (Asperger Sendromlu ya da yüksek işlevli otistik çocukların çoğu 14 civarında puan alır.)*
- *25-44 = **ortalama aralık** (kızların çoğu 40 civarı, erkeklerin çoğu da 34 civarı puan alır.)*
- *45-49 = **ortalama üstüdür***
- *50-54 = **çok yüksektir***
- *54 = **en yüksektir***

Ek kısmında sergilediğimiz bu testlere ilişkin normlar, geçerlik, güvenirlik ve istatistiksel konularla ilgili detaylar daha önce atıfta bulunmuş olduğumuz, bilimsel dergilerde yayımlanmış makalelerde gösterilmiştir.

Ek-2
Empatinin Sıfır Derecesi (Negatif) Nasıl Tespit Edilir?

SINIRDA KİŞİLİK BOZUKLUĞU (BORDERLINE) BULUNANLAR NASIL TESPİT EDİLİR?

Borderline olduğundan şüphelenilen birini inceleyen bir psikiyatrist ya da klinik psikolog, masasının üstünde duran ve ruh sağlığıyla ilgili bir duruma tanı koymak için kullanılan kurallar kitabı DSM-IV'e (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel Elkitabı-4) başvurur. Bu, kişinin aşağıdaki sekiz semptomdan en azından beşini göstermesi gerektiğini belirtir:

1) İstikrarsız ve yoğun insanlar arası ilişkiler:

- yapışkan bir bağımlılıkla vazgeçme arasında, çok sevimli olmayla anlamsızca talepkâr olma arasında, birisini tamamen iyi (idealleştirme) görmeyle tamamen kötü görme (değersizleştirme) arasında gidip gelirler,
- onlarla ilgilenecek kusursuz kişiyi durmaksızın ararlar,
- ruh-eşi olmak isterler ama bir yandan da kimliklerini kaybedeceklerine ve bir nevi yok olacaklarına inanarak yakınlaşmaktan korkarlar,

- dikkat çekmek için ilişkilerinde oldukça manipülatif (örneğin, kuruntulu, uygunsuz bir şekilde baştan çıkarıcı, intihar etmekle tehdit eden) olurlar.

2) *Dürtüsellik:*

- potansiyel olarak kendine zarar veren uyuşturucu ya da alkol kullanımı,
- cinsel olarak gelişigüzellik, hırsızlık, aşırı harcama yapma,
- uç noktada yemek yeme ya da diyet yapma.

3) *Uç noktada ruh hali salınımları:*

- depresyondan öfkeye, sevince ve coşkuya,
- her ruh hali yalnızca birkaç saat sürer.

4) *öfkeyi kontrol etme yetersizliği:*

- öfke patlamaları ve kavga çıkarma şeklinde açığa vurulur,
- ev içi tartışmalarda insanlara objeler fırlatır,
- genellikle önemsiz bir şey tarafından tetiklenerek insanları bıçakla tehdit eder,
- öfkeleri çocuklarına, ebeveynlerine, terapistlerine ya da partnerleri gibi en yakın oldukları insanlara yönelir.

5) *İntiharla ilgili tehditler ve kendini yaralama:*

- "Acı içindeyim, lütfen bana yardım edin!" demenin bir yoludur,
- insanlar bunların dikkat çekmek için yapıldığını anladıkça intiharla ilgili tehditler zamanla görmezden gelinir.

6) *Kimlik karmaşası:*

- öz-imajlarından, kariyerlerinden, değerlerinden, arkadaşlarından ve hatta cinsel tercihlerinden emin olamama,
- kimlikleriyle ilgili numara yapıyorlarmış ve bu numaraları fark edilecekmiş gibi hissetme,
- onlara kim olduklarını ve nasıl düşüneceklerini söyleyen bir tarikat lideri için kolay yemdirler.

7) Uç noktada boşluk:

- içsel bir yalnızlık ve sıkıntı,
- ruh hali salınımları ve uyuşturucu kullanma, bu içsel boşluktan kaçma teşebbüsü olabilir.

8) Uç noktada terk edilme korkusu:

- başkalarına yapışma,
- bir nevi yok olup giderler diye yalnız olmaktan çok korkma.

ANTİSOSYAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU BULUNANLAR NASIL TESPİT EDİLİR?

15 yaşından beri vuku bulan ve aşağıdaki semptomlardan üçünün (ya da daha fazlasının) işaret ettiği üzere, yaygın bir başkalarını önemsememe ve onları ihlal etme örüntüsü sergilendiğinde, bu tanı konur:

1) Yasal sosyal normlara uyma başarısızlığı:

- tutuklanmayı gerektiren eylemler gerçekleştirme.

2) Sahtekârlık:

- tekrarlamalı yalan söyleme,
- kendininkinden farklı isimler kullanma,
- insanları kişisel kazanç ya da zevk için idare etme.

3) Dürtüsellik veya önceden plan yapma başarısızlığı

4) Asabiyet ve Saldırganlık

- fiziksel kavga ve saldırılar.

5) Kendi ya da başkalarının güvenliğini pervasızca yok sayma

6) Tutarlı sorumsuzluk:

- tekrarlamalı iş mutabakatını sürdürme başarısızlığı,
- tekrarlamalı mali yükümlülüklere saygı gösterme başarısızlığı.

7) Pişmanlık yoksunluğu:

- birinin canını yakma, birisine kötü davranma veya birisinden bir şey çalma konularında kayıtsızlık,

- birinin canını yakma, birisine kötü davranma veya birisinden bir şey çalma konularında bahaneler bulma.

DAVRANIM BOZUKLUĞU BULUNAN GENÇ BİRİ NASIL TESPİT EDİLİR?

Geçmiş 12 ayda sergilenen aşağıdaki semptomlardan üçünün (ya da daha fazlasının) ortaya koymuş olduğu, başkalarının temel haklarını ve toplumsal normları bıkıp usanmadan ihlal etme:

1) İnsanlara ve hayvanlara karşı saldırganlık:
- insanlara zorbalık yapma, başkalarını tehdit etme ya da gözlerini korkutma,
- fiziksel kavgalar başlatma,
- ciddi fiziksel zarara sebep olabilecek bir silah kullanma (örneğin sopa, tuğla, kırık şişe, bıçak, silah),
- insanlara ve/veya hayvanlara karşı fiziksel olarak gaddar olma,
- bir mağdurla yüz yüze karşılaşarak hırsızlık yapma (örneğin, gasp, cüzdan çalma, haraç kesme, silahlı soygun),
- birisini seks yapmaya zorlama.

2) Mülk tahribatı:
- ciddi zarar verme niyetiyle kasti olarak yangın çıkarma,
- kasti olarak insanların mülklerini tahrip etme.

3) Sahtekârlık veya hırsızlık:
- birisinin evine, binasına ya da arabasına zorla girme,
- ürün elde etmek veya yükümlülüklerden kaçınmak için yalan söyleme (örneğin, insanları "dolandırma"),
- hırsızlık yapma (örneğin, mağaza soygunu, kalpazanlık).

4) Ciddi kural ihlali:
- on üç yaşından önce, ebeveynleri yasakladığı halde geceleri dışarıda kalma,

- geceleyin evden kaçma,
- on üç yaşından önce başlayarak okulu asma.

BİR NARSİST NASIL AYIRT EDİLİR?

N-Tipi Sıfır-Negatif olan insanlar aşağıdaki semptomlardan beşini (ya da daha fazlasını) gösterirler:

- muazzam bir kendini beğenmişlik hissi,
- başarı, güç, güzellik veya ideal aşka dair fantezilerle meşguliyet,
- "özel" olduğuna ve yüksek mevkiden insanlarla görüşmesi gerektiğine dair bir inanç,
- aşırı takdir ihtiyacı,
- kendini bir şeylere yetkili hissetme,
- başkalarını sömürme tavrı,
- empatik olmama,
- başkalarını kıskanma ya da başkalarının onu kıskandığına dair bir inanç,
- küstah tavırlar.

Notlar

i Gerçek ismini kullanmak üzere onun rızasını almak için izini süremediğimden, buradaki ismi anonim olarak oluşturulmuştur.

ii Profesör, her ne kadar verilerin böyle insanlık dışı koşullarda toplanmış olmasından dolayı üzgün olsa da, bu verilerden çok şey öğrenilmiş olmasından ötürü, kırk küsur yıl sonra bile bunların dersinde gösterilmesine değdiğini düşünmüş. Kişisel olarak ben, sonucun ona giden yolu meşrulaştırmayacağını düşünerek bu verinin –tıbbi öğretim için bile– kullanılmasını tiksindirici buluyorum. Etik olmayan bilim, etik olmayan bilimdir.

iii Thomas büyüdüğünde UNICEF'in kurucularından biri oldu ve şimdi, kırk yıldan uzun süredir insan hakları alanında çalışmış olduğu Lahey'de yargıçlık yapıyor.

iv Kulağa paradoksal geliyor, değil mi? Bunu, bir örnekle daha somut bir hale getirelim; bir proje yaparken üzgün görünen çocuğunuza dönüyorsunuz ve, "Şu anda seninle konuşamam. İşe geç kalıyorum," diyorsunuz. Tam da o anda, empatinizi kapamış olursunuz.

v Esther'in kocası da palalı çocuk isyancılar tarafından doğranarak öldürülmüş. O Temmuz akşamı elli altı kişi öldürülmüş ve çok daha fazlası yaralanmış.

vi *Guardian*, 5 Aralık 2008: "Yaş Aralığı 1-90: kadınlara karşı gizli savaşın kurbanları", Diane Taylor.

vii Şu anda Rutgers Üniversitesi'nde profesör olan çalışma arkadaşım Alan Leslie, Londra'da, 1980'lerde onunla çalışırken büyüleyici bir kuram geliştirmişti. Kurama, "çifte odaklanma" için güzel bir işleyiş sağlayan "meta-temsili" ismi verilmişti, çünkü bu, hem sizin (esas) dünya temsilinizi hem de başka birisinin

dünya temsilini içeriyordu. Ayrıca *bkz.* Leslie, A., Pretence and representation: the origins of "theory of mind", *Psychological Review*, 94, 412-26 (1987).

viii Hadi bir an için, kılı kırk yaralım. Varsayalım bir bavulu taşımaya uğraştığınızı gördüm ve bir şefkat spazmı hissettim, ama yardım etmekten vazgeçtim. Yine de empati kurmuş olduğumu söylerdim. Empatik bir tepki üzerine eyleme geçmenin, empatinin yapısal bir parçası olmayan (farkına varma ve tepki vermenin ötesinde) üçüncü bir aşama olduğunu düşünüyorum. Birinin ıstırabını hafifletmeye yardım etme *arzusunun*, empatinin bir parçası olduğunu düşünüyorum, ama bu konuda bir şey yapıp yapmamak yüzlerce farklı etmene bağlıdır. (Yardım etme imkânınız var mıdır? Fiziksel olarak yardım edebilecek kadar yakın mısınız? O anda yapmakta olduğunuz şeyi bırakır mısınız? Sizin yerinize başkasının müdahale edeceğine inanıyor musunuz? Böylece devam edip gider.) Dolayısıyla, şayet uygun duyguyu tecrübe ederseniz (örneğin, "İçinde bulunduğun zor durumu anlıyorum ve keşke yardım edebilsem"), benim için bu, empati kurmuş olduğunuzu söylemek için yeterlidir. Öte yandan uygun duyguyu sadece yarı yarıya tecrübe ettiyseniz (örneğin, "İçinde bulunduğun zor durumu anlıyorum, ama senin başına ne geldiği cidden umurumda değil"), benim için bu, empatiden sayılmak için yeterli değildir. Empatinin duygusal tepki safhası tamamen gelişmiş ve bütün olmalıdır. Gönülsüzce kurulan empati, empati değildir.

ix Esas empati kriterine, Kişilerarası Tepkisellik İndeksi[11] ismi verilmiştir ve bu, yaygın olarak kullanılmaktadır. Güzel bir normal dağılım ortaya koymasına rağmen, sorun bunun empatiden fazlasını ölçen bir form olmasındadır. Örneğin, ne kadar kolay fantezi kurduğunuzla ilgili sorular içerir ve bu –ilgi çekici olsa da– doğrudan empatiyle ilişkili değildir.

x Empati çan eğrisini yedi seviyeye böldüm, ama bu bir bakıma gelişigüzeldir, zira bütün araştırma verilerimiz bunun gerçekten bir bütün, kesintisiz bir boyut olduğu izlenimini uyandırıyor. Ama bu yedi seviye yine de kullanışlıdır, çünkü siz empati eğrisinin üzerinde gezinirken zuhur eden ve tamamen kademeli, niceliksel bir yaklaşım benimsenmiş olsa daha az belli olmuş olacak bazı niteliksel farklılıkları ortaya çıkarmaya yardımcı olur.

xi Barbara Oakley, insanların başkalarının duygularından bunalacak derecede çok etkilendikleri bir durum olan *Pathological Altruism* (Patolojik Özgecilik) (Oxford, 2011) üzerine ilgi çekici bir kitabı yayına hazırlamıştır. Her ne kadar bu bir alt grupla alakalı olabilirse de, altıncı seviyede (süper empati) olanların kurdukları empati miktarından ötürü ille de acı çekmek zorunda olmalarını anlamıyorum. Altıncı seviyede olanlar üzerine bağımsız olarak daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir.

xii Mike Lombardo vMPFC'nın bu iki işlevinin tam da aynı bölgeyi içermediğini doğru bir şekilde işaret etmektedir: Kişisel farkındalık işlevi hafifçe beynin ön kısmına doğru konuşlanmışken, duygusal değerliği kodlama beynin hafifçe arka kısmında konuşlanmıştır.[26] Ayrıca *bkz.* Damasio'nun mükemmel kitabı *Descartes'ın Yanılgısı* (Varlık Yayınları).

xiii Empatisini mi yoksa özdenetimini mi kaybettiği üzerine bir tartışma vardır. Bana göre bu ikisi oldukça iç içe geçmiştir. Bu bölgeleri lezyonlu hastalar, uygun bir sosyal davranışa yol göstermeleri için kendi duygularını kullanmada güçlük çekerler ve bu türde bir süreç, başkasının duygusuna uygun bir duyguyla karşılık vermek açısından kritiktir.[29-31]

xiv Sonraki bir BT (bilgisayarlı tomografi) taraması, Phineas'ın beyin hasarının sol tarafta daha fazla olduğunu göstermiştir. Her ne kadar böyle tarihsel bir vakada sadece empati kaybına mı yoksa başka kabiliyetlerin de mi (plan yapabilme kabiliyeti gibi) kaybına maruz kaldığını anlamak zor olsa da, durumu empati devresinin bir kısmının hasar görmesiyle tutarlıdır.

xv Bazı insanlarda, başkasına dokunulduğunu gördüklerinde bilinçli olarak kendilerine de dokunulmuş gibi hissettikleri "ayna-dokunuşu sinestezisi" vardır. Bu bireylerin artmış bir empati kabiliyeti vardır.[63]

xvi Bu, P45 elektrofizyolojik tepki de denen şeydir.

xvii Sara hastalarında tekil olarak nöronlar kayıt altına alınmıştır ve yakın bir zamanda bu hastalar üzerinden, insan beyninde ayna nöronlarının bulunduğu gösterilmiştir.[70]

xviii Bilim insanlarının çoğu amigdalanın en azından iki büyük kısmı olduğu konusunda hemfikirdir: bazolateral (BLA) ve merkezi çekirdek (CeN). BLA duygusal bir tavrı koşullu uyarıcıyla eşleştirmeyle ilişkiliylen CeN, koşullu uyarıcıya verilen prog-

ramlanmış tepkilerle ilişkilidir. Joe LeDoux, Cambridge'den sinir bilimci Barru Everitt ve çalışma arkadaşları, bunu hayvanlar üzerinde ispatlamışlardır.[78-79]

xix Joe, benim de bir grupta çaldığımı duyunca bizim evde doğaçlama bir caz dinletisi düzenlemeyi teklif etti. Bhisma'yı da davet ettim, çünkü empatinin beyinsel temeli üzerinde beraber çalışmıştık. Bhisma Hint davulu (tabla), Joe ise ritm gitar çalıyordu. Şans eseri, Joe'nun çalışma arkadaşı sinir bilimci Daniela Schiller da Amydaloids'in bateristiydi ve yaşadığı ülke olan İsrail'den henüz gelmişti. Böylece bagetlerini çıkarıverdi. Ben de bas gitarımı çıkardım. Beraber çalarak, bol bol eğlendik.

xx Bazıları posterior singulat korteks (PCC, ya da precuneus, beynin dörtgen lobcuğu) ve anterior temporal lobun da (ATL) başkalarının inançlarını anlamayla ilişkili olduğunu iddia ediyor, bu yüzden empati devresinin sonuçta on iki adetten daha fazla bölgeyi içerebileceğini aklımızda tutmamız gerekir.[18, 19, 50, 84, 85]

xxi *bkz.* [40, 42, 45, 49, 58-62, 68-71]

xxii *bkz.* [19-21, 23-26, 50, 84, 86-89]

xxiii Ailesiyle beraber, 1939'da Nazi Almanya'sından kaçmak zorunda kaldığında yalnızca on bir yaşındaymış.

xxiv Serotonin, aynı zamanda 5-HT diye de bilinen bir nörotransmitter ve 5-HT2A alıcısıdır. Ayrıca B Tipleri, normalde serotonin salınımını tetikleyen d veya d,l fenfluramin'e kısıtlı bir tepki verirler. Ve bilim insanları, intihar teşebbüsünde başarılı olmuş birisinin (otopside) beynini inceleme şansını yakaladıklarında, bu kişilerin prefrontal kortekslerinde daha fazla, fakat (serotinerjik sinir terminalleri de denilen) sinirlerin serotonini kullanan presinaptik tarafında ise daha az serotonin alıcısı olduğunu buldular. Serotonin sistemi B-Tiplerindeki tek nörotransmitter anormalliği değildir. Dopaminin, noropinefrinin, asetilkolinin, monoamin oksidazın ve HPA veya tirotropin-salan hormon faaliyetlerinin de anormal oldukları bulunmuştur.

xxv İngilizcede biraz daha yumuşak bir fiil vardır; "sinsice sevinmek".[130]

xxvi Hervey Cleckley, 1937 senesinde Augusta'daki Georgia Tıp Okulu'nda psikiyatri profesörü oldu. Tesadüfen o sene, büyükbabamın erkek kardeşi Robert Greenblatt'ın da orada endokrinoloji profesörü olduğu senedir.

xxvii *Bkz.* Bowlby, J., *Bağlanma* (Pinhan Yayıncılık, 2013).

xxviii Ayrıca *bkz.* Harlow, H. ve Zimmerman, R., Yavru maymundaki duygusuz tepkiler. *Science* 130, 431-2 (1959). Laf aramızda, bir deneyi kimin "etik değil" diye yargıladığına gelince, durum ilginçleşir. Bölüm 1'de bir insanın dondurucu suya ne kadar dayanabileceğini sınayan Nazi deneylerini açıkça kınarken, burada Harlow'un ve Hinde'nin maymunlar üzerinde yaptıkları deneyleri gerekçelendirmeye hevesli görünüyorum. Sanırım iş, insanlar üzerinde araştırma yapmakla hayvanlar üzerinde araştırma yapmaya gelince çifte standart uygulamaktan dolayı suçluyum ve bazıları hayvanlar üzerinde deney yapma etiği konusunda daha katı bir görüş benimseyebilir.

xxix Oldukça gelişmiş bir sosyal hizmete sahip bir ülke olan Danimarka'ya ilk gittiğim zamanı hatırlıyorum. Trende bir kompartımanın tamamı, çocukların ebeveynleri tarafından izlenebildiği, mutlu hissettikleri, özel bir kısmında parlak renklere sahip yumuşak oyuncaklarıyla, küçük çocuklar için özel bir oyun alanı olarak ayrılmıştı. Muhtemelen bu, tren şirketi için gelir getirecek koltuklardan vazgeçmek anlamına geleceğinden, benim ülkem olan İngiltere'deki trenlerde böyle imkânlar bulunmamaktadır. Çevrenizde her ne zaman çocuk-dostu bir değişiklik görürseniz, bunların varlıklarını büyük ihtimalle Bowlby'nin kuramına borçlu olduklarını akılda tutmaya değerdir. Ayrıca *bkz.* Bowlby, J., *Maternal Care and Mental Health* (Anaç Bakım ve Zihin Sağlığı) (Cenevre, 1951)

xxx Septo-hipokampal sistemi, septumu, amigdalayı, hipokampusu ve forniksi bir devre şeklinde bağlar. Ayrıca "davranışsal ketleme" devresi olarak da düşünülür ve bu devredeki anormallikler anksiyete bozukluklarıyla bağlantılıdırlar.

xxxi Bu, Robert Hare tarafından tasarlanmış bir formdur. Bu sonuç bilhassa "duyarsız" ve "duygusuz kişiler-arası" alt ölçeklerde görülmüştür.

xxxii Bazolateral çekirdek.

xxxiii Bu sistemin atipik işleyişi otizmde her zaman bulunmadığından ötürü, otizmin "ayna nöron hipotezi" hâlâ tartışmalı bir alandır.[212, 213]

xxxiv Otizmde, tıpkı glikoz metabolizması ve bölgesel serebral kan akışı gibi, vMPFC'deki dopamin ve serotonin bağlanımı da düşüktür.[223, 224, 225] *Bkz.* Monk, C., ve ayrıca, Otizm spektrum bozukluklarında içsel fonksiyonel bağlantısallık anormallikleri. *Neuroimage* 47, 764-72

xxxv Bu çalışma, aynı temel sinirsel mekanizmanın hem kişinin kendisini hem de başkasını düşünmesinde güçlüklere sebep olduğu fikrine öncülük etmiştir. Mike Lombardo bunu test etmiş ve otizmde RTPJ / pSTS'nin, hem kişinin kendiyle hem de başkalarıyla ilgili zihinselleştirme yaptığında normalin altında çalışma gösterdiklerini bulmuştur. Böylece RTPJ/ pSTS, kişinin kendisine ve başkalarına karşı olan "zihin körlüğünü" açıklamak için müşterek bir sinirsel mekanizma olabilirmiş gibi görünmektedir.[233]

xxxvi CNR_1'in (dopamin ve GABA gibi) çeşitli nörotransmitterler üzerinde etkileri vardır.

xxxvii Fetal testosteron üzerine yapılmış çalışma, iki doktora öğrencimle yazdığım *Prenatal Testosterone In Mind* (Zihindeki Doğum Öncesi Testosteron) isimli akademik bir yazının konusuydu.[294, 295]

xxxviii Bunlardan bazıları testosteron ya da östrojen senteziyle ilişkili genlerdir, bazıları bu hormonların taşınmasıyla, diğerleri de bu hormonların reseptörleri ile ilişkilidir.

xxxix Bu, vücut boyunca birçok sistemde ihtiyaç duyulan wolframin proteininin yapımıyla ilişkilidir. Bu genin varyasyonları depresyonla bağlantılıdır.

xl $NTRK_1$, gelişmekte olan beyindeki nöronal devamlılığı garanti altına alan nörotrofinlerin reseptörlerinden biri için kodlama yapar. Ayrıca $NTRK_1$'in farklılaşan duyumsal nöronlarda bir rolü vardır.

xli $GABRB_3$, otistik spektrumdaki Angelman Sendromu diye bilinen bir sendromda mutasyona uğramıştır ve seviyeleri sinirsel etkinlik yavaşlatımında etkili olan, nörotransmitteri GABA'nın iletimini etkiler.

xlii Fareler üzerinde yapılan daha fazla yakın tarihli çalışma, korkunun sosyal olarak öğrenilmesiyle bağlantılı kalsiyum kanalı genlerinin dahil olduğunu göstermiştir.[305]

xliii *Daily Telegraph*, 22 Haziran 2001; Mitani, J. C. , Watts, D. P. ve Amster, S. J., şempanzelerde gruplararası ölümcül şiddet bölgesel yayılmayla sonuçlanıyor. *Current Biology* 20 (12), R507-R508 (2010).

xliv *Bkz.* Bateman, A. ve Fonagy, P., *Borderline Kişilik Bozukluğunda Zihinselleştirmeye Dayalı Tedavi* (Psikoterapi Enstitüsü, 2015).

xlv Ayrıca De Clerambault Sendromu olarak bilinir.

xlvi İkincisine dair bilindik bir örnek, homoseksüelliğin DSM-II'de psikiyatrik bir kategori (bir zihin hastalığı) olarak geçmesi, fakat 1973 senesinde Amerikan Psikiyatri Derneği Konferansı'ndaki gey hakları protestolarından sonra DSM-III'den çıkarılmasıdır. Daha önce düşünülenin aksine, farklı bir cinsel tercihi olanlar "hasta" değildir ve kesinlikle bir tedaviye ihtiyaçları yoktur.

xlvii *Bkz.* Asch, S., Opinions and Social Pressure (Kanılar ve Sosyal Baskı), *Scientific American* 193, 21-35 (1955).

xlviii Ian Kershaw'un esas cümlesi "Auschwitz'e giden yol nefretle inşa edilmiş, fakat kayıtsızlık taşlarıyla döşenmiştir," şeklindedir.[328]

xlix Stone'un yirmi iki tür katili aşağıda sıralanmıştır:

(1) nefsi müdafaada öldürmek
(2) kıskanç âşıklar
(3) katillerin hevesli ortakları
(4) sevilen kişileri kıskançlık yüzünden öldürmek
(5) uyuşturucu bağımlıları
(6) asabi kişiler
(7) N-Tipleri
(8) için için yanarken, öfkeleri yeniden tutuşturulanlar
(9) psikopatik özelliklere sahip kıskanç âşıklar
(10) engel durumundaki / şahit insanları öldürmek
(11) 10 numaradakini yapan P-Tipleri
(12) köşeye sıkıştırıldığında P-Tipleri
(13) yetersiz kişilikler
(14) P-Tipi "entrikacılar"
(15) P-Tipi çoklu cinayetler
(16) çoklu kötücül eylemde bulunan P-Tipleri
(17) sapık seri katiller, işkenceci-katiller ve delili saklamak için öldüren tecavüzcüler

(18) işkence katilleri
(19) diğer P-Tipleri
(20) P-Tipi işkenceciler
(21) kafası işkenceyle meşgul olan P-Tipleri, ve
(22) P-Tipi seri işkenceci katiller.

1-8 düzeylerinde olanların empati durumlarındaki *geçici* bir aşırı *dalgalanmanın* sonucu olarak şiddete yöneldiklerini görebiliriz; 14-22 düzeylerinde olanlar *daimi* olarak *empatik olmadıkları* için şiddete yöneliyor olabilirler; 9-13 düzeylerindekiler ise bu ikisinin arasında bir noktaya tekabül ediyor. Doğru ise, bu tür şiddetli suç işleyenlerin empati devrelerindeki açıkların iki veya üç düzeyini öngörmek daha faydalı olabilir. Bu, hem daha uygulanabilir bir öngörüdür (tarama çalışmaları, maliyetten ötürü yirmi iki grubu gerçekçi bir biçimde birbiriyle karşılaştıramazlar ama üç grubu karşılaştırabilirler) hem de bunun psikolojik ve nörolojik olarak daha anlamlı olması muhtemeldir. Bu, Empati Mekanizmasının 0-2 Düzey aralığına tekabül edebilir (*bkz.* Bölüm 2).

l Psikolojideki kritik veya hassas döneme dair üç adet güzelce kanıtlanmış, klasik örnek vardır. İlk olarak, etolog Konrad Lorenz, yeni doğan civcivlerin yumurtadan çıktıktan sonra ilk gördükleri şeyi nasıl da "zihinlerine işleyip" takip ettiklerini ve bu tür bir "bağlanmanın" tersinemez olduğunu kanıtlamıştır. İkinci örnekleme, yavru bir kediyi yaşamının ilk haftasında görsel girdiden mahrum bırakmanın, (beyindeki duyumsal alıcı alanların gelişimini kapsayan) görsel yolların gelişimi için kritik bir dönemin sekteye uğratılmasından ötürü tersinemez bir şekilde kortikal körlüğe sebep olduğunu kanıtlamış olan, görüntü sinir bilimcisi Colin Blakemore'dur. Son olarak, gelişimdeki kritik veya hassas döneme ilişkin üçüncü açık kanıt, yaşamlarının ilk beş ile on yılı arası dil girdisinden mahrum bırakılmış ve akıcı olarak konuşmayı öğrenmeleri daha az olası olan çocuklar üzerine yapılmış çalışmalardan gelmektedir. *Bkz.* Pinker, S., *The Language Instinct* (Dil İçgüdüsü) (London, 1994) and Pinker, S., *The Blank State* (London, 2002).

li Peter Sutcliffe "Yorkshire Seri Katili" olarak biliniyordu ve 1981 senesinde on üç kadını öldürmekten ve başkalarına da saldırmaktan tutuklanmıştır. Çocukluğunda yalnız olmayı

sevdiği söylenmiştir ve şizofreni teşhisi konulmuştur. Tanrı'dan ve çalıştığı mezarlıktan kadınları öldürmesini söyleyen sesler duyduğunu söylemiştir. Psikiyatrik teşhisine rağmen, başka bir hükümlünün kırık bir kahve kavanozunu yüzüne saplayarak kendisine saldırdığı psikiyatrik-olmayan bir hapishaneye (Parkhurst) konmuştur. Bundan sonra, Sutcliffe Zihin Sağlığı Yasası kapsamında Broadmoor psikiyatrik hapishanesine nakledilmiştir. Orada da en azından iki kez saldırıya uğramıştır.

lii *Bkz.* Rifkin, J., *The Empathic Civilization* (New York, 2009) ve De Waal, F. *The Age of Empathy* (New York, 2009).

liii www.parentscircle.org sitesinde hem İsrail hem de Filistin tarafından tek tek ailelere ait belgelenmiş bu türde birçok örnek bulabilirsiniz. Bu örnekte verilen bireylerin isimleri *değiştirilmiştir.*

liv "El Ele" eğitim modeli İsrailli Arap ve Yahudi çocuklarını, daha iyi bir karşılıklı anlayışa katkıda bulunmak için karma okullarda bir araya getiriyor (www.handinhandiz.org).

lv Filozof Daniel Dennett, değdiği her şeyi aşındıracağı için bir kutuda dahi tutmanın tehlikeli olduğu bir madde olan "evrensel asit" fikrini ele aldı. (Bununla Darwinizm fikrine, durdurulamaz, her alana nüfuz eden bir fikir diye atıfta bulunuyordu.) Ben de empatinin, evrensel asidin zıttı, *evrensel bir çözücü* olduğunu düşünüyorum. Kimyada bir çözeltiyi, potansiyel olarak çözülebilir bir şeyi (çözünen) çözelti oluşturabilir bir şeyin (çözücü) içine kattığınızda ve bu, kararlı bir denge ürünü ile sonuçlandığında meydana getirirsiniz. Çayınızın içindeki şeker bunun bariz bir örneğidir. *Bkz.* Dennett, D., *Darwin'in Tehlikeli Fikri* (Alfa Yayıncılık, 2015).

lvi *Bkz.* Chapman, E., Baron-Cohen, S., Auyeung, B., Knickmeyer, R., Taylor, K., ve Hackett, G., Foetal testosterone and empathy: Evidence from the Empathy Quotient (EQ) and the "Reading the Mind in the Eyes" Test. (Fötal Testosteron ve Empati: Empati Katsayısından (EQ) ve "Gözlerden Zihni Okuma" Testinden Kanıt) *Social Neuroscience 1*, 135-48 (2006).

lvii Aşırı tepkisel saldırganlık, psikopatlık ya da antisosyal kişilik bozukluğu ile aynı şey değildir. Hatırlanmaya değer isimler olan "aralıklı taşkınlık rahatsızlığı" ya da "dürtüsel agresif bo-

zukluk" diye bilinen başka bir psikiyatrik durum vardır. Bunun, tepkisel saldırganlığı normalde körelten düzenleyici sistemler üzerindeki zayıf "idari kontrolün" sonucu olduğu düşünülmüştür. Bu, psikopatların davranışından farklıdır; çünkü kişi diğer özellikler olmaksızın yalnızca tek bir "semptom" (öfke patlaması) gösterir.

Kaynakça

1 Baron-Cohen, S., Golan, O., Wheelwright, S. ve Hill, J. J., *Mindreading*, DVD (2004, www.jkp.com/mindreading).

2 Baron-Cohen, S., Golan, O., Harcup, C. ve Lever, N., *The Transporters*, DVD (2007, www.thetransporters.com).

3 Sapolsky, R. M., *The Trouble With Testosterone and Other Essays on the Human Predicament* (New York, 1997).

4 Bogod, D., Nazi hipotermi deneyleri: yasak bilgi?, *Anaesthesia* 59, 1155–6 (2004).

5 *Midweek*, BBC Radio 4, yayın 14 Ocak 2009.

6 Buergenthal, T., *A Lucky Child: A Memoir of Surviving Auschwitz as a Young Boy* (Londra, 2009).

7 Buber, M., *I and Thou*, İkinci Baskı. (New York, 1958).

8 *Guardian*, 28 Nisan 2008.

9 *Whose Justice?*, BBC Newsnight, 28 Ocak 2009.

10 Simonyan, A. ve Arzumanyan, M., *Soviet Armenian Encyclopedia* (Erivan, 1981).

11 Davis, M. H., *Empathy: A Social Psychological Approach* (Colorado, 1994).

12 Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., Empati Katsayısı (EQ). Asperger Sendromlu veya Yüksek İşlevli Otistik yetişkinler ve cinsiyet farkları üstüne bir araştırma. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 34, 163–75 (2004).

13 Billington, J., Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., Bilişsel tarz, fen bilimleri ve beşeri bilimlere girişi önceden haber veriyor: empati ve sistemleştirmenin soru formları ve performans testleri. *Learning and Individual Differences* 17, 260–8 (2007).

14 Goldenfeld, N., Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., Erkeklerde, kadınlarda ve otizmde empati kurma ve sistemleştirme. *Clinical Neuropsychiatry* 2, 338–45 (2005).

15 Auyeung, B., Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Samarawickrema, N., Atkinson, M. ve Satcher, M., Çocukların Empati Katsayısı (EQ-C) ve Sistemleştirme Katsayısı (SQ-C): cinsiyet farkları, tipik gelişim ve otizm spektrum durumları üzerine bir çalışma. *Journal of Autism and Develop*, 39, 1509–21 (2009).

16 Holliday-Willey, L., *Pretending To Be Normal* (Londra, 1999).

17 Baron-Cohen, S., *The Essential Difference: Men, Women and the Extreme Male Brain* (Londra, 2003).

18 Frith, U. ve Frith, C., Zihinselleştirmenin gelişimi ve nörofizyolojisi. *Philosophical Transactions of the Royal Society* 358, 459–73 (2003).

19 Amodio, D. M. ve Frith, C. D., Zihinlerin buluşması: medial frontal korteks ve sosyal bilişsellik. *Nature Reviews Neuroscience* 7, 268–77 (2006).

20 Mitchell, J. P., Macrae, C. N. ve Banaji, M. R., Benzer ve benzer olmayan ötekileri yargılamaya yönelik birbiriyle uyumsuz medial prefrontal katkılar. *Neuron* 50, 655–63 (2006).

21 Ochsner, K. N., Beer, J. S., Robertson, E. R., Cooper, J. C., Gabrieli, J. D., Kihsltrom, J. F. ve D'Esposito, M., Özbilginin doğrudan ve düşünülmüş sinirsel bağıntıları. *Neuroimage* 28 (4), 797–814 (2005).

22 Coricelli, G. ve Nagel, R., Medial prefrontal kortekste stratejik akıl yürütmenin derinliğinin sinirsel bağıntıları. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 106, 9163–8 (2009).

23 Ochsner, K. N., Knierim, K., Ludlow, D. H., Hanelin, J., Ramachandran, T., Glover, G. ve Mackey, S. C., Duygular üzerinden düşünmek: kendisine ve ötekilere karşı hislerin niteliğini destekleyen sinirsel sistemler üzerine bir fMRG çalışması. *Journal of Cognitive Neuroscience* 16, 1746–72 (2004).

24 Lombardo, M. V., Chakrabarti, B., Bullmore, E. T., Wheelwright, S. J., Sadek, S. A., Suckling, J. ve Baron-Cohen, S., Kendisi ve ötekilerle ilgili zihinselleştirme için paylaşılan sinirsel devreler. *Journal of Cognitive Neuroscience* 22, 1623–35 (2010).

25 Jenkins, A. C., Macrae, C. N. ve Mitchell, J. P., Kendini ve ötekileri değerlendirme esnasındaki ventromedial prefrontal aktivitenin yineleme baskılaması. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 105, 4507–12 (2008).
26 Moran, J. M., Macrae, C. N., Heatherton, T. F., Wyland, C. L. ve Kelley, W. M., Özbenliğin farklı bilişsel ve duygusal bileşenlerine yönelik nöroanatomik kanıt. *Journal of Cognitive Neuroscience* 18, 1586–94 (2006).
27 Sharot, T., Riccardi, A. M., Raio, C. M. ve Phelps, E. A., Optimize meyile aracılık eden sinirsel mekanizmalar. *Nature* 450, 102–5 (2007).
28 Mayberg, H. S., Lozano, A. M., Voon, V., McNeely, H. E., Seminowicz, D., Hamani, C., Schwalb, J. M. ve Kennedy, S. H., Tedaviye direnen depresyonda derin beyin uyarımı. *Neuron* 45, 651–60 (2005).
29 Beer, J. S., Heerey, E. A., Keltner, D., Scabini, D. ve Knight, R. T., Özbilinç hissinin düzenleyici işlevi: orbitorfrontal hasarlı hastalardan içgörüler. *Journal of Personality and Social Psychology* 85, 594–604 (2003).
30 Beer, J. S., John, O. P., Scabini, D. ve Knight, R. T., Orbitofrontal korteks ve sosyal davranış: öz-görüntüleme ve duygu-bilişselliği etkileşimlerini birleştirme. *Journal of Cognitive Neuroscience* 18, 871–9 (2006).
31 Shamay-Tsoory, S. G., Aharon-Peretz, J. ve Perry, D., Empatinin iki sistemi: inferior frontal girus karşı ventromediyal prefrontal lezyonlardaki duygusal ve bilişsel empati arasında bir çifte ayrışma. *Brain* 132, 617–27 (2009).
32 Damasio, H., Grabowski, T., Frank, R., Galaburda, A. M. ve Damasio, A. R., Phineas Gage'in geri dönüşü: ünlü bir hastanın kafatasından beyinle ilgili ipuçları. *Science* 264, 1102–5 (1994).
33 Macmillan, M., Phineas Gage'i restore etmek: bir 150. yıl retrospektifi. *Journal of the History of the Neurosciences* 9, 46–66 (2000).
34 Baron-Cohen, S., Ring, H., Moriarty, J., Shmitz, P., Costa, D. ve Ell, P., Zihinsel durum terimlerinin teşhisi: otizm üzerine yapılmış klinik bir çalışma ve normal yetişkinlerin fonksiyonel bir nörolojik görüntüleme çalışması. *British Journal of Psychiatry* 165, 640–9 (1994).

35 Stone, V., Baron-Cohen, S. ve Knight, K., Zihin teorisine frontal lob katkıları. *Journal of Cognitive Neuroscience* 10, 640–56 (1998).
36 Lamm, C., Nusbaum, H. C., Meltzoff, A. N. ve Decety, J., Ne hissediyorsunuz? Acı için empati esnasında duyumsal ve duygusal tepkilerin düzenlenmesini incelemek için fonksiyonel manyetik rezonans görüntülemeyi kullanmak. *Public Library of Science One* 2, e1292 (2007).
37 Kumar, P., Waiter, G., Ahearn, T., Milders, M., Reid, I. ve Steele, J. D., Frontal operkülüm temporal farkı işaretleri ve sosyal motor tepki öğrenme. *Human Brain Mapping* 30, 1421–30 (2008).
38 Calder, A. J., Lawrence, A. D. ve Young, A. W., Korkunun ve nefretin nörofizyolojisi. *Nature Reviews Neuroscience* 2, 352–63 (2001).
39 Chakrabarti, B., Bullmore, E. T. ve Baron-Cohen, S., Temel duygularla empati kurma: ortak ve ayrı sinirsel substratlar. *Social Neuroscience* 1, 364–84 (2006).
40 Hutchison, W. D., Davis, K. D., Lozano, A. M., Tasker, R. R. ve Dostrovsky, J. O., İnsanların singulat korteksindeki acıyla bağlantılı nöronlar. *Nature Neuroscience* 2, 403–5 (1999).
41 Craig, A. D., Şu anda nasıl hissediyorsunuz? Anterior insula ve insan farkındalığı. *Nature Reviews Neuroscience* 10, 59–70 (2009).
42 Singer, T., Seymour, B., O'Doherty, J., Kaube, H., Dolan, R. J. ve Frith, C. D., Acıya yönelik empati, acının duyumsal bileşenlerini değil, duygusal bileşenlerini içerir. *Science* 303, 1157–67 (2004).
43 Jackson, P. L., Meltzoff, A. N. ve Decety, J., Diğerlerinin acılarını nasıl algılarız? Empatiyle alakalı sinirsel süreçlere açılan bir pencere. *Neuroimage* 24, 771–9 (2005).
44 Lamm, C., Batson, C. D. ve Decety, J., İnsan empatisinin sinirsel substratı: bakış açısı almanın ve bilişsel değer biçmenin etkileri. *Journal of Cognitive Neuroscience* 19, 42–58 (2007).
45 Wicker, B., Keysers, C., Plailly, J., Royet, J. P., Gallese, V. ve Rizzolatti, G., İkimiz de insulamdan tiksindik: Tiksintiyi anlamanın ve hissetmenin ortak sinirsel temeli. *Neuron* 40, 655–64 (2003).
46 Singer, T., Seymour, B., O'Doherty, J. P., Stephan, K. E., Dolan, R. J. ve Frith, C. D., Empatik sinirsel tepkiler, başkalarının algılanmış iyilikleri tarafından ayarlanırlar. *Nature* 439, 466–9 (2006).
47 Carr, L. M., Iacoboni, M., Dubeau, M.-C., Mazziotta, J. ve Lenzi, G., İnsanlardaki empatinin sinirsel mekanizması: Taklit için olan

sinirsel sistemlerden limbik bölgelere bir aktarım. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 100, 5497–502 (2003).

48 Jabbi, M., Swart, M. ve Keysers, C., Tat alma korteksindeki pozitif ve negatif duygular için empati. *Neuroimage* 34, 1744–53 (2007).

49 Morrison, I., Lloyd, D., di Pellegrino, G. ve Roberts, N., Anterior singulat korteksteki acıya verilen temsili yanıtlar: empati, çoklu-duyumsal bir mesele midir? *Cognitive Affective and Behavioural Neuroscience* 4, 270–8 (2004).

50 Saxe, R. ve Kanwisher, N., İnsanlar düşünen insanlarla ilgili düşünüyorlar. "Zihin teorisinde" temporal parietal bağlantının rolü. *Neuroimage* 19, 1835–42 (2003).

51 Arzy, S., Seeck, M., Ortigue, S., Spinelli, L. ve Blanke, O., Hayali bir gölge şahsiyetin tetiklenmesi. *Nature* 443, 287 (2006).

52 Blanke, O. ve Arzy, S., Vücut dışı deneyim: temporal parietal bağlantıdaki aksatılmış özişleme. *Neuroscientist* 11, 16–24 (2005).

53 Scholtz, J., Triantafyllou, C., Whitfield-Gabrieli, S., Brown, E. N. ve Saxe, R., Sağ temporoparietal bağlantının ayrı bölgeleri zihin teorisi ve harici dikkat için seçicidirler. *Public Library of Science One* 4, e4869 (2009).

54 Decety, J. and Lamm, C., Sosyal etkileşimlerde sağ temporopariental bağlantının işlevi: düşük seviyeli hesaplamalı işlem üstbilişe nasıl katkıda bulunur. *Neuroscientist* 13, 580–93 (2007).

55 Campbell, R., Heywood, C., Cowey, A., Regard, M. ve Landis, T., Prosopagnozik hastalarda ve superior temporal sulkus aşınması olan maymunlarda bakışlara karşı hassasiyet. *Neuropsychologia* 28, 1123–42 (1990).

56 Baron-Cohen, S., Jolliffe, T., Mortimore, C. ve Robertson, M., Zihin teorisinin bir diğer gelişmiş testi: aşırı miktarda faal, otistik veya Asperger Sendromlu bireylerden elde edilen kanıt. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 38, 813–22 (1997).

57 Grossman, E. D. ve Blake, R., Ters çevrilmiş veya hayal edilmiş biyolojik hareketin yol açtığı beyin aktivitesi. *Vision Research* 41, 1475–82 (2001).

58 Keysers, C., Kaas, J. H. ve Gazzola, V., Sosyal algıda bedensel duyum. *Nature Reviews Neuroscience* 11, 417–28 (2010).

59 Keysers, C., Wicker, B., Gazzola, V., Anton, J. L., Fogassi, L. ve Gallese, V., Dokunaklı bir görüntü: Dokunmayı gözlemleme ve deneyimleme esnasında SII/PV aktivasyonu. *Neuron* 42, 335–46 (2004).

60 Blakemore, S. J., Bristow, D., Bird, G., Frith, C. ve Ward, J., Dokunmayı gözlemleme esnasında somatosensorial aktivasyonlar ve bir imgelem-dokunma sinestezisi vakası. *Brain* 128, 1571–83 (2005).

61 Ebisch, S. J., Perrucci, M. G., Ferretti, A., Del Gratta, Ç., Romani, G. L. ve Gallese, V., Dokunma hissi: gözlemlenen hareketli ve hareketsiz dokunmalar için görsel-uyaranlı bir yansıtma mekanizmasındaki cisimleşmiş simülasyon. *Journal of Cognitive Neuroscience* 20, 1611–23 (2008).

62 Ishida, H., Nakajima, K., Inase, M. ve Murata, A., Maymun parietal korteksinin görsel-uyaranlı çift modlu bölgesindeki kendinin ve ötekilerin bedenlerinin paylaşımlı haritalanması. *Journal of Cognitive Neuroscience* 22, 83–96 (2010).

63 Banissy, M. J. ve Ward, J., Ayna-dokunma sinestezisi empatiyle bağlantılıdır. *Nature Neuroscience* 10, 815–16 (2007).

64 Bufalari, I., Aprile, T., Avenanti, A., Di Russo, F. ve Aglioti, S. M., İnsan somatosensori korteksindeki acı ve dokunma için empati. *Cerebral Cortex* 17, 2553–61 (2007).

65 Adolphs, R., Damasio, H., Tranel, D., Cooper, G. ve Damasio, A. R., Üç boyutlu lezyon haritalama tarafından ortaya çıkarıldığı üzere duyguların görsel tanınmasında somatosensori korteksin bir rolü. *Journal of Neuroscience* 20, 2683–90 (2000).

66 Pitcher, D., Garrido, L., Walsh, V. ve Duchaine, B. C., Transkranyal manyetik uyarılma, yüz ifadelerinin algılanmasını ve somutlaşmasını aksatır. *Journal of Neuroscience* 28, 8929–33 (2008).

67 Cheng, Y., Lin, C. P., Liu, H. L., Hsu, Y. Y., Lim, K. E., Hung, D. ve Decety, J., Uzmanlık, başkalarının acısını algılamayı hafifletir. *Current Biology* 17, 1708–13 (2007).

68 Rizzolatti, G. ve Craighero, L., Ayna nöron sistemi. *Annual Review in Neuroscience* 27, 169–92 (2004).

69 Dapretto, M., Davies, M. S., Pfeifer, J. H., Scott, A. A., Sigman, M., Bookheimer, S. Y. ve Iacoboni, M., Ötekilerin duygularını anlama: otizm spektrum bozukluğu olan çocuklardaki ayna nöron sistemi yetmezliği. *Nature Neuroscience* 9, 28–30 (2006).

70 Mukamel, R., Ekstrom, A. D., Kaplan, J., Iacoboni, M. ve Fried, I., Eylemlerin uygulanması ve gözlemlenmesi esnasında insanlardaki tekil-nöron yanıtları. *Current Biology* 20, 750–6 (2010).
71 Shepherd, S. V., Klein, J. T., Deaner, R. O. ve Platt, M. L., Makak parietal korteks nöronlarındaki dikkatin yansıtılması. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 106, 9489–94 (2009).
72 Chartrand, T. L. ve Bargh, J. A., Bukalemun etkisi: Algı-davranış bağlantısı ve sosyal etkileşim. *Journal of Personality and Social Psychology* 76, 893–910 (1999).
73 Zaki, J., Weber, J., Bolger, N. ve Ochsner, K., Empatik kesinliğin sinirsel temelleri. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 106, 11382–7 (2009).
74 Schippers, M. B., Roebroeck, A., Renken, R., Nanetti, L. ve Keysers, C., El hareketleriyle kurulan iletişim esnasında bir beyinden diğerine bilgi akışını haritalama. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 107, 9388–93 (2010).
75 Lee, K. H. ve Siegle, G. J., Belirgin duygusal değer biçmenin altında yatan ortak ve ayrı beyin ağları: bir meta-analitik çalışması. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6 Mart 2009'da online olarak yayımlanmıştır.
76 Wager, T. D., Davidson, M. L., Hughes, B. L., Lindquist, M. A. ve Ochsner, K. N., Başarılı duygu düzenlemelerine aracılık eden prefrontal korteksaltı yollar. *Neuron* 59, 1037–50 (2008).
77 LeDoux, J. E., *The Emotional Brain: The Mysterious Underpinnings of Emotional Life* (Londra, 1998).
78 Everitt, B. J., Cardinal, R. N., Parkinson, J. A. ve Robbins, T. W., İştah açıcı davranış: duygusal öğrenmenin amigdalaya bağımlı mekanizmalarının etkisi. *Annals of the New York Academy of Sciences* 985, 233–50 (2003).
79 Johansen, J. P., Hamanaka, H., Monfils, M. H., Behnia, R., Deisseroth, K., Blair, H. T. ve LeDoux, J. E., Lateral amigdala piramidimsi hücrelerin optik aktivasyonu çağrışımsal korkuyu öğrenmeye yol gösteriyor. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 107, 12692–7 (2010).
80 Baron-Cohen, S., Ring, H., Wheelwright, S., Bullmore, E. T., Brammer, M. J., Simmons, A. ve Williams, S., Normal ve otis-

tik beyinde sosyal zeka: bir fMRG çalışması. *European Journal of Neuroscience* 11, 1891–8 (1999).

81 Adolphs, R., Tranel, D., Damasio, H. ve Damasio, A. R., Korku ve insan amigdalası. *Journal of Neuroscience* 15, 5879–91 (1995).

82 Spezio, M. L., Huang, P. Y., Castelli, F. ve Adolphs, R., Amigdalanın hasar görmesi insanlarla edilen sohbetler esnasında kurulan göz temasına zarar veriyor. *Journal of Neuroscience* 27, 3994–7 (2007).

83 Adolphs, R., Gosselin, F., Buchanan, T. W., Tranel, D., Schyns, P. ve Damasio, A. R., Amigdalanın hasar görmesinden sonra zarar görmüş korku tanımlama için bir mekanizma. *Nature* 433, 68–72 (2005).

84 Fletcher, P. C., Happe, F., Frith, U., Baker, S. C., Dolan, R. J., Frackowiak, R. S. J. ve Frith, C. D., Beyindeki diğer zihinler: hikâyeleri kavramadaki "zihin teorisini" üzerine yapılmış fonksiyonel bir görüntüleme çalışması. *Cognition* 57, 109–28 (1995).

85 Saxe, R. ve Powell, L. J., Önemi olan, düşüncedir: Zihin teorisinin bir bileşeni için belirli beyin bölgeleri. *Psychological Science* 17, 692–9 (2006).

86 Gusnard, D. A., Akbudak, E., Shulman, G. L. ve Raichle, M. E., Medial prefrontal korteks ve özgönderimsel zihinsel aktivite: beyin fonksiyonun olağan bir moduna ilişkin. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 98, 4259–64 (2001).

87 Johnson, S. C., Baxter, L. C., Wilder, L. S., Pipe, J. G., Heiserman, J. E. ve Prigatano, G. P., Özdüşünümün sinirsel bağıntıları. *Brain* 125, 1808–14 (2002).

88 Kelley, W. M., Macrae, C. N., Wyland, C. L., Caglar, S., Inati, S. ve Heatherton, T. F., Kendini bulmak? Olay-bağlantılı bir fMRG çalışması. *Journal of Cognitive Neuroscience* 14, 785–94 (2002).

89 Northoff, G., Heinzel, A., de Greck, M., Bermpohl, F., Dobrowolny, H. ve Panksepp, J., Beynimizdeki özgönderimsel işleme: özbenlik üzerine yapılan görüntüleme çalışmalarının bir meta-analizi. *Neuroimage* 31 (1), 440–57 (2006).

90 Kreisman, J. J. ve Straus, H., *I Hate You, Don't Leave Me: Understanding The Borderline Personality* (New York, 1989).

91 Johnson, C., Tobin, D. ve Enright, A., Yemek bozukluğu olan nüfus içerisinde borderline kişilik bozukluğu olanların yaygın-

lığı ve klinik özellikleri. *Journal of Clinical Psychiatry* 50, 9–15 (1989).

92 Nace, E. P., Saxon, J. J., Jr. ve Shore, N., Borderline kişilik bozukluğu olan ve olmayan alkolik hastaların karşılaştırması. *Archives of General Psychiatry* 40, 54–6 (1983).

93 Inman, D. J., Bascue, L. O. ve Skoloda, T., Madde bağımlılığından mustarip ve hastanede yatan hastalardaki sınırda kişilik bozukluğunun saptanması. *Journal of Substance Abuse Treatment* 2, 229–32 (1985).

94 Soloff, P. H., Lis, J. A., Kelly, T., Cornelius, J. ve Ulrich, R., Sınırda kişilik bozukluğundaki intihara yönelik davranış risk faktörleri. *American Journal of Psychiatry* 151, 1316–23 (1994).

95 Zisook, S., Goff, A., Sledge, P. ve Shuchter, S. R., Bir ayakta tedavi psikiyatri kliniğindeki rapor edilmiş intihara yönelik davranışlar ve şu anki intihar düşüncesi. *Annals of Clinical Psychiatry* 6, 27–31 (1994).

96 Isomesta, E. T., Henriksson, M. M., Heikkinen, M. E., Aro, H. M., Marttunen, M. J., Kuoppasalmi, K. I. ve Lonnqvist, J. K., Kişilik bozukluğu olan deneklerdeki intihar vakaları. *American Journal of Psychiatry* 153, 667–73 (1996).

97 Runeson, B., Genç yaştaki intiharlarda zihinsel bozukluklar. DSM-III-R Eksenleri I ve II. *Acta Psychiatrica Scandinavica* 79, 490–7 (1989).

98 Paris, J. ve Zweig-Frank, H., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastalar arasından takip altına alınan 27 yaşında bir hasta. *Comprehensive Psychiatry* 42, 482–7 (2001).

99 Stone, M. H., Stone, D. K. ve Hurt, S. W., Yoğun bir hastane tedavisi görmüş sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların doğal tarihi. *Psychiatric Clinics of North America* 10, 185–206 (1987).

100 Rosten, N., *Marilyn, An Untold Story* (New York, 1973).

101 Gunderson, J. G., Kerr, J. ve Englund, D. W., Borderline kişilik bozukluğu olanların aileleri. Karşılaştırmalı bir çalışma. *Archives of General Psychiatry* 37, 27–33 (1980).

102 Frank, H. ve Paris, J., Borderline hastalarında aile deneyimi anıları. *Archives of General Psychiatry* 38, 1031–4 (1981).

103 Ogata, S. N., Silk, K. R., Goodrich, S., Lohr, N. E., Westen, D. ve Hill, E. M., Sınırda kişilik bozukluğu olan yetişkin hastalarda

çocukluk dönemi cinsel ve fiziksel istismarı. *American Journal of Psychiatry* 147, 1008–13 (1990).

104 Paris, J., Zweig-Frank, H. ve Guzder, J., Ayakta tedavi gören erkek hasalarda sınırda kişilik bozukluğu için risk faktörleri. *Journal of Nervous and Mental Disease* 182, 375–80 (1994).

105 Zanarini, M. C., Sınırda kişilik bozukluğunun gelişimiyle bağlantılı çocukluk dönemi deneyimleri. *Psychiatric Clinics of North America* 23, 89–101 (2000).

106 Zweig-Frank, H., Paris, J. ve Guzder, J., Sınırda kişilik bozukluğu olan kadın hastalarda ayrıştırmaya (dissosiasyon) ve kendini yaralamaya yönelik psikolojik risk faktörleri. *Canadian Journal of Psychiatry* 39, 259–64 (1994).

107 Yen, S., Zlotnick, C. ve Costello, E., Sınırda kişilik bozukluğu özellikleri olan kadınlarda duygulanım düzenleme. *Journal of Nervous and Mental Disease* 190, 693–6 (2002).

108 Bandelow, B., Krause, J., Wedekind, D., Broocks, A., Hajak, G. ve Ruther, E., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların ve sağlıklı deneklerin hayatlarındaki erken dönem travmatik olaylar, ebeveynlerinin tavrı, aile geçmişi ve doğum risk faktörleri. *Psychiatry Research* 134, 169–79 (2005).

109 New, A. S., Triebwasser, J. ve Charney, D. S., Sınırda kişilik bozukluğunu Eksen I'e değiştirme durumu. *Biological Psychiatry* 64, 653–9 (2008).

110 Paris, J., Nowlis, D. ve Brown, R., Sınırda kişilik bozukluğunun sonucunda ortaya çıkan gelişimsel faktörler. *Comprehensive Psychiatry* 29, 147–50 (1988).

111 Bryer, J. B., Nelson, B. A., Miller, J. B. ve Krol, P. A., Yetişkin dönem psikiyatrik hastalıklardaki faktörler olarak çocukluk dönemli cinsel ve fiziksel istismarlar. *American Journal of Psychiatry* 144, 1426–30 (1987).

112 Soloff, P. H., Price, J. C., Meltzer, C. C., Fabio, A., Frank, G. K. ve Kaye, W. H., Sınırda kişilik bozukluğunda 5HT2A reseptör bağlanma artmıştır. *Biological Psychiatry* 62, 580–7 (2007).

113 Snyder, S. ve Pitts, W. M., Jr., DSM-III sınırda kişilik bozukluğunun elektroansefalografisi. *Acta Psychiatrica Scandinavica* 69, 129–34 (1984).

114 Soloff, P. H., Kelly, T. M., Strotmeyer, S. J., Malone, K. M. ve Mann, J. J., Sınırda kişilik bozukluğunda dürtüsellik, toplum-

sal cinsiyet ve fenfluramine tepki gösterme. *Psychiatry Research* 119, 11–24 (2003).

115 Siever, L. J., Buchsbaum, M. S., New, A. S., Spiegel-Cohen, J., Wei, T., Hazlett, E. A., Sevin, E., Nunn, M. ve Mitropoulou, V., Dürtüsel kişilik bozukluklarında [18F] florodeoksiglukoz pozitron emisyon tomografisi ile belirlenmiş d,l-fenfluramin tepkisi. *Neuropsychopharmacology* 20, 413–23 (1999).

116 Soloff, P. H., Meltzer, C. C., Greer, P. J., Constantine, D. ve Kelly, T. M., Fenfluramin tarafından etkinleştirilmiş bir sınırda kişilik bozukluğu FDG-PET çalışması. *Biological Psychiatry* 47, 540–7 (2000).

117 Arango, V., Underwood, M. D., Gubbi, A. V. ve Mann, J. J., İntihar kurbanlarının ventrolateral prefrontal kortekslerinin presinaptik ve postsinaptik serotonin bağlanım bölgelerindeki yerelleşmiş değişiklikler. *Brain Research* 688, 121–33 (1995).

118 Stockmeier, C. A., Dilley, G. E., Shapiro, L. A., Overholser, J. C., Thompson, P. A. ve Meltzer, H. Y., Yüksek derecede depresyonu olan intihar kurbanlarındaki serotonin reseptörleri. *Neuropsychopharmacology* 16, 162–73 (1997).

119 Juengling, F. D., Schmahl, C., Hesslinger, B., Ebert, D., Bremner, J. D., Gostomzyk, J., Bohus, M. ve Lieb, K., Sınırda kişilik bozukluğu olan kadın hastalardaki pozitron emisyon tomografisi. *Journal of Psychiatric Research* 37, 109–15 (2003).

120 Herpertz, S. C., Dietrich, T. M., Wenning, B., Krings, T., Erberich, S. G., Willmes, K., Thron, A. ve Sass, H., Sınırda kişilik bozukluğunda amigdalanın anormal çalıştığının kanıtı: fonksiyonel bir MRG çalışması. *Biological Psychiatry* 50, 292–8 (2001).

121 Donegan, N. H., Sanislow, C. A., Blumberg, H. P., Fulbright, R. K., Lacadie, C., Skudlarski, P., Gore, J. C., Olson, I. R., McGlashan, T. H. ve Wexler, B. E., Sınırda kişilik bozukluğunda amigdala hiperaktivitesi: duygusal düzensizlik çıkarımları. *Biological Psychiatry* 54, 1284–93 (2003).

122 King-Casas, B., Sharp, C., Lomax-Bream, L., Lohrenz, T., Fonagy, P. ve Montague, P. R., Sınırda kişilik bozukluğunda işbirliğinin bozulması ve onarılması. *Science* 321, 806–10 (2008).

123 Brambilla, P., Soloff, P. H., Sala, M., Nicoletti, M. A., Keshavan, M. S. ve Soares, J. C., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastalar

üzerine yapılmış anatomik MRG çalışması. *Psychiatry Research* 131, 125–33 (2004).

124 Driessen, M., Herrmann, J., Stahl, K., Zwaan, M., Meier, S., Hill, A., Osterheider, M. ve Petersen, D., Sınırda kişilik bozukluğu olan ve erken dönem travma yaşamış kadınlarda hipokampusün ve amigdalanın manyetik rezonans görüntüleme volumleri. *Archives of General Psychiatry* 57, 1115–22 (2000).

125 Rusch, N., van Elst, L. T., Ludaescher, P., Wilke, M., Huppertz, H. J., Thiel, T., Schmahl, C., Bohus, M., Lieb, K., Hesslinger, B., Hennig, J. ve Ebert, D., Sınırda kişilik bozukluğu olan kadınlarda voksel-tabanlı bir morfometrik MRG çalışması. *Neuroimage* 20, 385–92 (2003).

126 van Elst, L. T., Hesslinger, B., Thiel, T., Geiger, E., Haegele, K., Lemieux, L., Lieb, K., Bohus, M., Hennig, J. ve Ebert, D., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastalarda frontolimbik beyin anomalileri: bir volumetrik manyetik rezonans görüntüleme çalışması. *Biological Psychiatry* 54, 163–71 (2003).

127 Soloff, P. H., Fabio, A., Kelly, T. M., Malone, K. M. ve Mann, J. J., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastalarda yüksek-letalite durumu. *Journal of Personality Disorders* 19, 386–99 (2005).

128 Fertuck, E. A., Jekal, A., Song, I., Wyman, B., Morris, M. C., Wilson, S. T., Brodsky, B. S. ve Stanley, B., Sağlıklı deneklerle karşılaştırmalı olarak sınırda kişilik bozukluğu olanlarda gelişmiş "Gözlerden Zihni Okuma". *Psychological Medicine* 39, 1979–88 (2009).

129 Fertuck, E. A., Lenzenweger, M. F., Clarkin, J. F., Hoermann, S. ve Stanley, B., Yönetici sinirsel biliş, hafıza sistemleri ve sınırda kişilik bozukluğu. *Clinical Psychology Review* 26, 346–75 (2006).

130 Shamay-Tsoory, S. G., Tibi-Elhanany, Y. ve Aharon-Peretz, J., Yeşil gözlü canavar ve kötücül keyif: sinsiliğin (schadenfreude) ve hasetin nöroanatomik temelleri. *Brain* 130, 1663–78 (2007).

131 Amerikan Psikiyatri Birliği, DSM-IV *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th edition* (Washington, DC, 1994).

132 Fazel, S. ve Danesh, J., 23000 hastada ciddi derece zihinsel bozukluk: 62 adet araştırmanın sistematik bir incelemesi. *Lancet* 359, 545–50 (2002).

133 Hart, S. D. ve Hare, R. D., Psikopati ve antisosyal kişilik bozukluğu. *Current Opinion in Psychiatry* 9, 129–32 (1996).

134 Cleckley, H. M., *The Mask of Sanity*, revize basım (New York, 1982).

135 Babiak, P. ve Hare, R. D., *Snakes In Suits: When Psychopaths Go to Work* (New York, 2007).

136 Christie, R. ve Geis, F. L., *Studies in Machiavellianism* (New York, 1970).

137 Rutter, M., Psikososyal toparlanma ve koruyucu mekanizmalar. *American Journal of Orthopsychiatry* 57, 316–31 (1987).

138 Saltaris, C., Çocuk suçlularda psikopati. Mizaç ve bağ güçlü gelişimsel öncüler olarak düşünülebilirler mi? *Clinical Psychology Reviews* 22, 729–52 (2002).

139 DeKlyen, M., Speltz, M. L. ve Greenberg, M. T., Babalık ve erken dönem başlangıç davranış problemleri: pozitif ve negatif ebeveynlik, baba-oğul bağı ve evlilik bağlamı. *Clinical Child and Family Psychology Review* 1, 3–21 (1998).

140 Hinde, R. A. ve Spencer-Booth, Y., Rhesus maymunlarında anneden kısa süreli ayrılmaların etkileri. *Science* 173, 111–18 (1971).

141 Harris, P., *Children and Emotions* (Londra, 1989).

142 Marshall, L. A. ve Cooke, D. J., Psikopatların çocukluk dönemi tecrübeleri: ailesel ve toplumsal faktörler üzerine geçmişe yönelik bir çalışma. *Journal of Personality Disorders* 13, 211–25 (1999).

143 Fonagy, P., Bağlanma ve sınırda kişilik bozukluğu. *Journal of the American Psychoanalytical Association* 48, 1129–46; discussion 1175–87 (2000).

144 Baumrind, D., Lewis'in ebeveynlerin katı kontrol etkilerini yeniden yorumlamasına verilmiş yerinde bir cevap: Otoriter aileler gerçekten uyumlular mı? *Psychological Bulletin* 94, 132–42 (1983).

145 Davis, M. H., Empatideki bireysel farklılıkları ölçme: çok boyutlu bir yaklaşım için kanıt. *Journal of Personality and Social Psychology* 44, 113–26 (1983).

146 Blair, R. J. R., Psikopatik eğilimleri olan çocuklarda üzüntü içeren ipuçlarına tepki verme yeteneği. *Personality and Individual Differences* 27, 135–45 (1999).

147 Blair, R. J. R., Psikopatik eğilimleri olan çocuklarda ahlaki muhakeme. *Personality and Individual Differences* 22, 731–9 (1997).

148 Blair, R. J. R. ve Coles, M., Erken dönem ergenlikte ifade tanıma ve davranışsal problemler. *Cognitive Development* 15, 421–34 (2000).

149 Stevens, D., Charman, T. ve Blair, R. J. R., Psikopatik eğilimleri olan çocuklarda yüz ifadelerinden ve ses tonlarından duygu tanıma. *Journal of Genetic Psychology* 162, 201–11 (2001).

150 Lorenz, A. R. ve Newman, J. P., Düşük seviyede anksiyöz olan beyaz tenli psikopatik suçlularda yetersiz tepki düzenlemesi ve duygu işleme. *Emotion* 2, 91–104 (2002).

151 Williamson, S., Harpur, T. J. ve Hare, R. D., Duygusal sözcüklerin psikopatlar tarafından anormal işlenmesi. *Psychophysiology* 28, 260–73 (1991).

152 Dodge, K. A., Davranım bozukluğu ve depresyonun gelişimindeki sosyal-bilişsel mekanizmalar. *Annual Review of Psychology* 44, 559–84 (1993).

153 Lee, M. ve Prentice, N. M., Ergenlik çağındaki suçluluk boyutuyla beraber empati, biliş ve ahlaki muhakeme arasındaki karşılıklı ilişkiler. *Journal of Abnormal Child Psychology* 16, 127–39 (1988).

154 Smetana, J. G. ve Braeges, J. L., Yeni yürümeye başlayan çocukların ahlaki ve olağan muhakemelerinin gelişimi. *Merrill-Palmer Quarterly* 36, 329–46 (1990).

155 Dunn, J. ve Hughes, C., "Birkaç kılıcım var sen öldün!": çocuklarda şiddet dolu fanteziler, antisosyal davranışlar, arkadaşlıklar ve ahlaki hassasiyet. *Child Development* 72, 491–505 (2001).

156 Gray, J. A., *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-Hippocampal System* (Oxford, 1982).

157 Cooke, D. J., Forth, A. E. ve Hare, R. D.'nin düzenlediği *Psychopathy: Theory, Research and Implications for Society'de,* Newman, J. P., Psikopatik davranışlar: bir bilgi işleme perspektifi. (Dordrecht, 1998), s. 81–104.

158 Newman, J. P., Patterson, C. M. ve Kosson, D. S., Psikopatlarda tepki sürdürme. *Journal of Abnormal Psychology* 96, 145–8 (1987).

159 Hoffman, M. L., Disiplin ve içselleştirme. *Developmental Psychology* 30, 26–8 (1994).

160 Cleckley, H. M., *The Mask of Sanity: An Attempt to Clarify Some Issues about the So-Called Psychopathic Personality,* 5. baskı (St Louis, 1976).
161 Verona, E., Patrick, C. J. ve Joiner, T. E., Psikopati, antisosyal kişilik ve intihar riski. *Journal of Abnormal Psychology* 110, 462–70 (2001).
162 Lykken, D. T., Sosyopatik kişiliklerde bir anksiyete çalışması. *Journal of Abnormal and Social Psychology* 55, 6–10 (1957).
163 Flor, H., Birbaumer, N., Hermann, C., Ziegler, S. ve Patrick, C. J., Psikopatlarda caydırıcı Pavlovyan şartlandırma: çevresel ve merkezi bağıntılar. *Psychophysiology* 39 (4), 505–18 (2002).
164 Levenston, G. K., Patrick, C. J., Bradley, M. M. ve Lang, P. J., Gözlemci olarak psikopat: resim işlemede duygu ve dikkat. *Journal of Abnormal Psychology* 109 (3), 373–85 (2000).
165 Volkow, N. D. and Tancredi, L., Şiddet dolu davranışın sinirsel substratları. Pozitron emisyon tomografisiyle bir başlangıç çalışması. *British Journal of Psychiatry* 151, 668–73 (1987).
166 Soderstrom, H., Hultin, L., Tullberg, M., Wikkelso, C., Ekholm, S. ve Forsman, A., Psikopatik kişilikte kısıtlı frontotemporal perfüzyon. *Psychiatry Research* 114, 81–94 (2002).
167 Craig, M. C., Catani, M., Deeley, Q., Latham, R., Daly, E., Kanaan, R., Picchioni, M., McGuire, P. K., Fahy, T. ve Murphy, D. G., Psikopatiye giden yolda bozulmuş bağlantılar. *Molecular Psychiatry* 14, 946–53, (2009).
168 Raine, A., Yang, Y., Narr, K. L. ve Toga, A. W., Antisosyal kişilikteki cinsiyet farklılıklarının kısmi açıklaması olarak orbitofrontal gri maddedeki cinsiyet farklılıkları. *Molecular Psychiatry* (baskı öncesi Epub, 22 Aralık 2009).
169 Damasio, A. R., Tranel, D. ve Damasio, H. C., Frontal hasardan kaynaklanan sosyopatik davranışa sahip bireyler sosyal uyarıcılara otonomik olarak tepki vermede başarısız oluyorlar. *Behavioral Brain Research* 41, 81–94 (1990).
170 H. S. Levin, H. M. Eisenberg ve A. L. Benton'ın düzenlediği *Frontal Lobe Function and Dysfunction'da,* Damasio, A. R., Tranel, D. ve Damasio, H. C., Bedensel imleyiciler ve davranışın yönlendirilmesi: kuram ve başlangıç testi (New York, 1991).
171 Krajbich, I., Adolphs, R., Tranel, D., Denburg, N. L. ve Camerer, C. F., Ekonomi oyunları prefrontal korteksleri hasarlı hastalar-

daki azalmış suçluluk duygusunu ölçüyor. *Journal of Neuroscience* 29, 2188–92 (2009).

172 Koenigs, M., Young, L., Adolphs, R., Tranel, D., Cushman, F., Hauser, M. ve Damasio, A., Prefrontal korteksin hasar alması çıkarcı ahlaki yargıları artırıyor. *Nature* 446, 908–11 (2007).

173 Young, L., Bechara, A., Tranel, D., Damasio, H., Hauser, M. ve Damasio, A., Ventromediyal prefrontal korteksin hasar görmesi zarar verici niyetleri değerlendirmeyi olumsuz etkiliyor. *Neuron* 65, 845–51 (2010).

174 Heims, H. C., Critchley, H. D., Dolan, R., Mathias, C. J. ve Cipolotti, L., Sosyal ve güdüsel işleyiş otonomik tepkilere ciddi derecede bağlı değildir: salt otonomik bozukluğu olan hastalardan nöropsikolojik kanıt. *Neuropsychologia* 42, 1979–88 (2004).

175 Damasio, A. R., *Descartes' Error: Emotion, Rationality and the Human Brain* (New York, 1994).

176 Raine, A., Buchsbaum, M. ve LaCasse, L., Cinayet işleyenlerin beyin anormallikleri pozitron emisyon tomografisi vasıtasıyla gösterilmiştir. *Biological Psychiatry* 42, 495–508 (1997).

177 Raine, A., Lencz, T., Bihrle, S., LaCasse, L. ve Colletti, P., Antisosyal kişilik bozukluğunda azalmış prefrontal gri madde hacmi ve azalmış otonomik etkinlik. *Archives of General Psychiatry* 57, 119–27; tartışma 128–9 (2000).

178 Goyer, P. F., Andreason, P. J., Semple, W. E., Clayton, A. H., King, A. C., Compton-Toth, B. A., Schulz, S. C. ve Cohen, R. M., Pozitron-emisyon tomografisi ve kişilik bozuklukları. *Neuropsychopharmacology* 10, 21–8 (1994).

179 Buckholtz, J. W., Treadway, M. T., Cowan, R. L., Woodward, N. D., Benning, S. D., Li, R., Ansari, M. S., Baldwin, R. M., Schwartzman, A. N., Shelby, E. S., Smith, C. E., Cole, D., Kessler, R. M. ve Zald, D. H., Psikopatik özelliklere sahip bireylerde aşırı mezolimbik dopamin ödül sistemi duyarlılığı. *Nature Neuroscience* 13, 419–21 (2010).

180 Young, L., Camprodon, J. A., Hauser, M., Pascual-Leone, A. ve Saxe, R., Sağ temporoparietal bağlantının transkraniyal manyetik uyarımla aksatılması, ahlaki yargılarda inançların rolünü azaltıyor. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 107, 6753–8 (2010).

181 Young, L., Cushman, F., Hauser, M. ve Saxe, R., Zihin teorisi ve ahlaki yargılama arasındaki etkileşimin sinirsel temeli. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 104, 8235–40 (2007).

182 Decety, J., Michalska, K. J., Akitsuki, Y. ve Lahey, B. B., Agresif davranım bozukluğu olan ergenlik çağındaki gençlerde atipik empatik tepkiler: fonksiyonel bir MRG araştırması. *Biological Psychology* 80, 203–11 (2009).

183 Veit, R., Flor, H., Erb, M., Hermann, C., Lotze, M., Grodd, W. ve Birbaumer, N., İnsanlardaki antisosyal davranışlar ve sosyal fobilerdeki duygusal öğrenmeyle ilişkili beyin devreleri. *Neuroscience Letters* 328, 233–6 (2002).

184 Bremner, J. D., Randall, P., Scott, T. M., Capelli, S., Delaney, R., Mc Carthy, G., ve Charney, D. S., Çocukluk döneminde istismara uğramış yetişkinlerde kısa-süreli hafıza açıkları. *Psychiatry Research* 59, 97–107 (1995).

185 Panksepp, J., *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions* (New York, 1998).

186 Jacobson, L. ve Sapolsky, R., Hipotalamik-hipofiz-adrenokortikal eksenin geri bildirim düzenlemesinde hipokampusün rolü. *Endocrine Reviews* 12, 118–34 (1991).

187 McEwen, B. S., Angulo, J., Cameron, H., Chao, H. M., Daniels, D., Gannon, M. N., Gould, E., Mendelson, S., Sakai, R. ve Spencer, R. Beyindeki adrenal steroidlerin paradoksik etkileri: korunmaya karşı bozulma. *Biological Psychiatry* 31, 177–99 (1992).

188 Vyas, A., Mitra, R., Shankaranarayana Rao, B. S. ve Chattarji, S., Kronik stres, hipokampal ve amigdaloid nöronlarda dallanma gösteren, yeniden şekillenen ve zıtlık oluşturan örüntülere sebep olur. *Journal of Neuroscience* 22, 6810–18 (2002).

189 Drevets, W. C., Duygudurumu bozukluklarında amigdaladaki nörolojik görüntüleme anormallikleri. *Annals of the New York Academy of Sciences* 985, 420–44 (2003).

190 Hettema, J. M., Neale, M. C. ve Kendler, K. S., Bir anksiyete bozukluklarının genetik epidemiyolojisi incelemesi ve meta-analizi. *American Journal of Psychiatry* 158, 1568–78 (2001).

191 Blair, R. J. R., Mitchell, D. ve Blair, K., *The Psychopath: Emotion and the Brain* (Oxford, 2005).

192 E. F. Ronningstram'ın düzenlediği *Disorders of Narcissism: Diagnostic, Clinical and Empirical Implications'da,* Stone, M. H., Normal narsisizm: etiyolojik ve etolojik bir perspektif. (Washington, DC, 1997), s. 7–28.

193 E. F. Ronningstram'ın düzenlediği *Disorders of Narcissism: Diagnostic, Clinical and Empirical Implications'*da, Cooper, A. M., Narsisistik kişilik bozukluğunun klinik tanısında ilâve gelişmeler. (Washington, DC, 1997), s. 53–74.

194 Schlesinger, L., Patolojik narsisizm ve seri cinayet: inceleme ve vaka çalışması. *Current Psychology* 17, 212–21 (1997).

195 Di Martino, A., Ross, K., Uddin, L. Q., Sklar, A. B., Castellanos, F. X. ve Milham, M. P., Otizm spektrum bozukluklarında sosyal ve sosyal olmayan süreçlerin fonksiyonel beyin bağıntıları: bir etkinleştirme olasılık tahmini meta-analizi. *Biological Psychiatry* 65, 63–74 (2009).

196 J. Decety ve J. Cacioppo'nın düzenlediği *Handbook of Social Neuroscience'*da, Lombardo, M. V., Baron-Cohen, S., Belmonte, M. K. ve Chakrabarti, B., Otizm spektrum durumlarında sosyal davranışların sinirsel endofenotipleri. (Oxford, baskıda).

197 Happé, F., Ehlers, S., Fletcher, P., Frith, U., Johansson, M., Gilberg, C., Dolan, R., Frackowiak, R. ve Frith, C., Beyindeki "zihin teorisi". Asperger Sendromu'nun bir PET tarama çalışmasından kanıt. *Neuroreport* 8, 197–201 (1996).

198 Wang, A. T., Lee, S. S., Sigman, M. ve Dapretto, M., Otistik çocuklardaki ironi idrakinin sinirsel temeli: prosodinin ve bağlamın rolü. *Brain* 129, 932–43 (2006).

199 Wang, A. T., Lee, S. S., Sigman, M. ve Dapretto, M., Yüzden ve sesten duygulanımı okumak: otizm spektrum bozuklukları olan çocuklarda ve ergenlik çağındaki gençlerde iletişimsel niyeti yorumlamanın sinirsel bağıntıları. *Archives of General Psychiatry* 64, 698–708 (2007).

200 Baron-Cohen, S. ve Hammer, J., Asperger Sendromlu çocukların ebeveynleri: bilişsel fenotip nedir? *Journal of Cognitive Neuroscience* 9, 548–54 (1997).

201 Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Hill, J., Raste, Y. ve Plumb, I., "Gözlerden Zihni Okuma" testi, revize edilmiş versiyon: Normal yetişkinlerle ve Asperger Sendromlu ya da Yüksek-İşlevli

Otistik yetişkinlerle yapılmış bir çalışma. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 42, 241–52 (2001).

202 Pelphrey, K. A., Morris, J. P. ve McCarthy, G., Otizmde sürekli bakış işlemi açıklarının sinirsel temeli. *Brain* 128, 1038–48 (2005).

203 Herrington, J. D., Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Brammer, M., Singh, K. D., Bullmore, E. T. ve Williams, S. C. R., Asperger Sendromu'ndaki biyolojik hareket algısı esnasında MT+/V5'in rolü: bir fMRG çalışması. *Research in Autism Spectrum Disorders* 1, 14–27 (2007).

204 Pierce, K., Muller, R.-A., Ambrose, J., Allen, G. ve Courchesne, E., Otizmde yüz işleme "fusiform yüz bölgesinin" dışında meydana gelir: fonksiyonel MRG kanıtı. *Brain* 124, 2059–73 (2001).

205 Wang, A. T., Dapretto, M., Hariri, A. R., Sigman, M. ve Bookheimer, S. Y., Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda ve ergenlik çağındaki gençlerde yüze ilişkin duygulanımları işlemenin sinirsel bağıntıları. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 43, 481–90 (2004).

206 Ashwin, C., Baron-Cohen, S., O'Riordan, M., Wheelwright, S. ve Bullmore, E. T., Asperger Sendromu'ndaki endişeli yüz işleme esnasında amigdalanın ve "sosyal beynin" ayrı etkinleşmeleri. *Neuropsychologia* 45, 2–14 (2007).

207 Corbett, B. A., Constantine, L. J., Hendren, R., Rocke, D. ve Ozonoff, S., Otizm spektrum bozukluğu olan, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan ve normal gelişim gösteren çocuklarda yönetsel işleyişi inceleme. *Psychiatry Research* 166, 210–22 (2009).

208 Critchley, H. D., Daly, E. M., Bullmore, E. T., Williams, S. C. R., Van Amelsvoort, T., Robertson, D. M., Rowe, A., Phillips, M., McAlonan, G., Howlin, P. ve Murphy, D. G., Sosyal davranışların fonksiyonel nöroanatomisi: otistik bozukluğu olan insanlar yüz ifadelerini işledikleri zaman beyinsel kan akışında meydana gelen değişimler. *Brain* 123, 2203–12 (2000).

209 Dalton, K. M., Nacewicz, B. M., Johnstone, T., Schaefer, H. S., Gernsbacher, M. A., Goldsmith, H. H., Alexander, A. L. ve Davidson, R. J., Otizmde sabit bakış ve yüzleri işlemenin sinirsel devresi. *Nature Neuroscience* 10, 1–8 (2005).

210 Grezes, J., Wicker, B., Berthoz, S. ve de Gelder, B., Otizm spektrum bozukluğu olan deneklerin eylemlerinin duygusal anlamlarını kavrama başarısızlığı. *Neuropsychologia* 47, 1816–25 (2009).

211 Pelphrey, K. A., Morris, J. P., McCarthy, G. ve Labar, K. S., Otizmde yüz ifadeleri ve kişilikteki dinamik değişimlerin algılanması. *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 2, 140–9 (2007).

212 Dinstein, I., Thomas, C., Humphreys, K., Minshew, N., Behrmann, M. ve Heeger, D. J., Otizmde normal hareket seçiciliği. *Neuron* 66, 461–9 (2010).

213 Southgate, V. ve Hamilton, A. F., Kırılmamış aynalar: bir otizm kuramına meydan okumak. *Trends in Cognitive Sciences* 12, 225–9 (2008).

214 Abell, F., Happé, F. R. ve Frith, U., Üçgenler dümen çevirir mi? Normal ve anormal gelişimde zihinsel durumları hareketli şekillere atfetme. *Cognitive Development* 15, 1–16 (2000).

215 Castelli, F., Frith, C., Happé, F. R., ve Frith, U., Otizm, Asperger Sendromu ve zihinsel durumların hareketli şekillere atfedilmesi için beyin mekanizmaları. *Brain* 125, 1839–49 (2002).

216 Kana, R. K., Keller, T. A., Cherkassky, V. L., Minshew, N. J. ve Just, M. A., Otizmdeki zihinsel durum atfetme esnasında Zihin Teorisi bölgelerinin atipik frontal-posterior senkronizasyonları. *Social Neuroscience* 4, 135–52 (2009).

217 Hill, E., Berthoz, S. ve Frith, U., Kısa rapor: Otistik spektrum bozukluğu olan bireylerin kendi duygularının ve akrabalarının duygularının bilişsel işlenmesi. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 34, 229–35 (2004).

218 Lombardo, M. V. ve Baron-Cohen, S., Otistik özbenliğin paradoksunu aydınlatmak. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science* 1, 393–403 (2010).

219 Lombardo, M. V., Barnes, J. L., Wheelwright, S. ve Baron-Cohen, S., Otizmde özgönderimsel biliş ve empati. *Public Library of Science One* 2, e883 (2007).

220 Williams, D. M. ve Happé, F. R., "Ne dedim?"e karşın "Ne düşündüm?" Otistik olan ve olmayan çocuklar arasında kendisine yanlış kanılar atfetme. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 39, 865–73 (2009).

221 Silani, G., Bird, G., Brindley, R., Singer, T., Frith, C. ve Frith, U., Duygusal farkındalığın seviyeleri ve otizm: bir fMRG çalışması. *Social Neuroscience* 3, 97–112 (2008).

222 Ernst, M., Zametkin, A. J., Matochik, J. A., Pascualvaca, D. ve Cohen, R. M., Otistik çocuklarda düşük seviyede medial prefrontal dopaminerjik etkinlik. *Lancet* 350, 638 (1997).

223 Murphy, D. G., Daly, E., Schmitz, N., Toal, F., Murphy, K., Curran, S., Erlandsson, K., Eersels, J., Kerwin, R., Ell, P. ve Travis, M., Asperger Sendromlu yetişkinlerde kortikal serotonin 5-HT2A reseptör bağlantısı ve sosyal iletişim: yaşayan bir organizmada bir SPECT çalışması. *American Journal of Psychiatry* 163, 934–6 (2006).

224 Haznedar, M. M., Buchsbaum, M. S., Wei, T. C., Hof, P. R., Cartwright, C., Bienstock, C. A. ve Hollander, E., Otizm spektrum bozukluğu olan hastaların, pozitron emisyon tomografisi ve manyetik rezonans görüntüleme kullanılarak yapılmış limbik devre sistemi çalışması. *American Journal of Psychiatry* 157, 1994–2001 (2000).

225 Ohnishi, T., Matsuda, H., Hashimoto, T., Kunihiro, T., Nishikawa, M., Uema, T. ve Sasaki, M., Çocukluk dönemi otizminde bölgesel anormal beyin kan akışı. *Brain* 123, 1838–44 (2000).

226 Kennedy, D. P. ve Courchesne, E., Otizmde beynin yapısal fonksiyonel organizasyonu başkalaşmıştır. *Neuroimage* 39, 1877–85 (2008).

227 Kennedy, D. P., Redcay, E. ve Courchesne, E., Devre dışı bırakmayı becerememe: otizmde istirahat hali fonksiyonel anormallikleri. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 103, 8275–80 (2006).

228 Lombardo, M. V., Chakrabarti, B., Bullmore, E. T., Sadek, S. A., Pasco, G., Wheelwright, S. J., Suckling, J. ve Baron-Cohen, S., Otizmde atipik sinrsel öztemsil. *Brain* 133, 611–24 (2010).

229 Minio-Paluello, I., Baron-Cohen, S., Avenanti, A., Walsh, V. ve Aglioti, S. M., Asperger Sendromunda acıyı gözlemleme esnasındaki somutlaşmış empatinin noksanlığı. *Biological Psychiatry* 65, 55–62 (2009).

230 Tomlin, D., Kayali, M. A., King-Casas, B., Anen, C., Camerer, C. F., Quartz, S. R. ve Montague, P. R., Ticari alışverişler esnasında

singülat korteksteki aracıya-özgü yanıtlar. *Science* 312, 1047–50 (2006).
231 Frith, C. D. ve Frith, U., Özbenlik ve otizmdeki şöhreti. *Neuron* 57, 331–2 (2008).
232 Chiu, P. H., Kayali, M. A., Kishida, K. T., Tomlin, D., Klinger, L. G., Klinger, M. R. ve Montague, P. R., Singülat korteks boyunca verilen öztepkiler, yüksek işlevli otizm için nicel sinirsel fenotipi açığa çıkarıyor. *Neuron* 57, 463–73 (2008).
233 Lombardo, M. V., Chakrabarti, B., Bullmore, E. T., Wheelwright, S., Sadek, S., Suckling, J. MRC Aims Consortium ve Baron-Cohen, S., Otizmde atipik sinirsel öztemsil. *Brain* 133, 611–24 (2010).
234 Baron-Cohen, S., Ashwin, E., Ashwin, C., Tavassoli, T. ve Chakrabarti, B., Otizmde yetenek: aşırı-sistemleştirme, detaylara gösterilen aşırı-dikkat ve duyumsal aşırı-hassasiyet. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London B. Biological Sciences* 364, 1377–83 (2009).
235 Baron-Cohen, S., Aşırı sistemleştirme, otizmin sınıflandırıcı eşleşme kuramı. *Progress in Neuropsychopharmacology and Biological Psychiatry* 30, 865–72 (2006).
236 Tammet, D., *Born on a Blue Day* (Londra, 2006).
237 Baron-Cohen, S., Bor, D., Billington, J., Asher, J., Wheelwright, S. ve Ashwin, C., Renk-sayı sinestezisi ve Asperger Sendromu olan bir adamda dahi hafızası. *Journal of Consciousness Studies* 14, 237–51 (2007).
238 http://www.lisaperini.it/ sitesinde mevcuttur.
239 Ockelford, A., *In the Key of Genius: The Extraordinary Life of Derek Paravicini* (Londra, 2007).
240 Myers, P., Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., *An Exact Mind* (Londra, 2004).
241 Baron-Cohen, S., Richler, J., Bisarya, D., Gurunathan, N. ve Wheelwright, S., Sistemleştirme Katsayısı (SQ): Bir Asperger Sendromlu ya da Yüksek İşlevli Otistik yetişkin ve normal cinsiyet farklılıkları araştırması. *Philosophical Transactions of the Royal Society* 358, 361–74 (2003).
242 Wheelwright, S., Baron-Cohen, S., Goldenfeld, N., Delaney, J., Fine, D., Smith, R., Weil, L. ve Wakabayashi, A., Revize edilmiş

Sistemleştirme Katsayısından (SQ-R) ve Empati Katsayısından (EQ) Otizm Spektrum Katsayısını (AQ) öngörme. *Brain Research* 1079, 47–56 (2006).
243 Lawson, J., Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., Asperger Sendromu olan ve olmayan yetişkinlerde empati kurma ve sistemleştirme. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 34, 301–10 (2004).
244 Baron-Cohen, S., *Autism and Asperger Syndrome* (Oxford, 2008).
245 Fitzgerald, M. ve O'Brien, B., *Genius Genes: How Asperger Talents Changed the World* (Shawnee Mission, Kans., 2007).
246 Kanner, L., Duygusal temasın otistik bozunumu. *Nervous Child* 2, 217–50 (1943).
247 Blastland, M., *Joe: The Only Boy in the World* (Londra, 2006).
248 Losh, M. ve Piven, J., Sosyal biliş ve genel otizm fenotipi: genetik olarak anlamlı fenotipleri tespit etme. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 48, 105–12 (2007).
249 Baron-Cohen, S., Ring, H., Chitnis, X., Wheelwright, S., Gregory, L., Williams, S., Brammer, M. ve Bullmore, E., Asperger, Sendromlu çocukların ebeveynlerinin fMRG'si: bir deneme çalışması. *Brain Cognition* 61, 122–30 (2006).
250 Wootton, J. M., Frick, P. J., Shelton, K. K. ve Silverthorn, P., Etkisiz ebeveynlik ve çocukluk dönemi davranım bozuklukları: hissiz-duygusuz özelliklerin orta seviyede rolü. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 65, 301–08 (1997).
251 Greenberg, M., Cicchetti, D. ve Cummings, M.'in düzenlediği *Attachment in the Preschool Years'da*, Cicchetti, D., Cummings, E. M., Greenberg, M. T. ve Marvin, R. S., Bebeklikten sonra bağlanma üzerine organizasyonel bir perspektif (Chicago, 1990), s. 3–50.
252 Davis, M. H., Luce, C. ve Kraus, S. J., Yapısal empatiyle ilişkili niteliklerin kalıtsallığı. *Journal of Personality and Social Psychology* 62, 369–91 (1994).
253 Loehlin, J. C. ve Nichols, R. C., *Heredity, Environment, and Personality* (Austin, Tex., 1976).
254 Matthews, K. A., Batson, C. D., Horn, J. ve Rosenman, R. H., "Tabiatında başkalarının hayrıyla ilgilenmesini sağlayan prensipler...": Başkaları için duyulan empatik kaygının kalıtsallığı. *Journal of Personality and Social Psychology* 49, 237–47 (1981).

255 Hughes, C., Jaffee, S. R., Happé, F. R.,, Taylor, A., Caspi, A. ve Moffitt, T. E., Zihin teorisinde bireysel farklılıkların kökenleri: mahiyetten yetiştirmeye? *Child Development* 76, 356–70 (2005).

256 Ronald, A., Happé, F. R.,, Price, T. S., Baron-Cohen, S. ve Plomin, R., Genel popülasyonun uç noktalarındaki otistik özellikler arasındaki fenotipik ve genetik çakışma. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 45, 1206–14 (2006).

257 Zahn-Waxler, C., Radke-Yarrow, M., Wagner, E. ve Chapman, M., Başkası için duyulan kaygının gelişimi. *Developmental Psychology* 28, 126–36 (1992).

258 Knafo, A., Zahn-Waxler, C., Van Hulle, C., Robinson, J. L. ve Rhee, S. H., Empatiye olan eğilimin gelişimsel kökenleri: Genetik ve çevresel katkılar. *Emotion* 8, 737–52 (2008).

259 Szatmari, P., Georgiades, S., Duku, E., Zwaigenbaum, L., Goldberg, J. ve Bennett, T., Otistik spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinde aleksitimi. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 38, 1859–65 (2008).

260 Blonigen, D. M., Carlson, S. R., Krueger, R. F. ve Patrick, C. J., Kendileri tarafından rapor edilmiş psikopatik kişilik özellikleri üzerine yapılmış bir ikizler çalışması. *Personality and Individual Differences* 35, 179–97 (2003).

261 Viding, E., Blair, R. J., Moffitt, T. E. ve Plomin, R., 7 yaşındaki çocuklarda psikopati için temel genetik riskin kanıtı. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 46, 592–7 (2005).

262 Rhee, S. H. ve Waldman, I. D., Antisosyal davranış üzerindeki genetik ve çevresel etkiler: ikizler ve evlat edinme üzerine yapılmış çalışmaların bir meta-analizi. *Psychological Bulletin* 128 (3), 490–529 (2002).

263 Zanarini, M. C., Williams, A. A., Lewis, R. E., Reich, R. B., Vera, S. C., Marino, M. F., Levin, A., Yong, L. ve Frankenburg, F. R., Sınırda kişilik bozukluğunun gelişimiyle ilişkili olan, rapor edilmiş patolojik deneyimler. *American Journal of Psychiatry* 154, 1101–06 (1997).

264 Links, P. S., Steiner, M., Offord, D. R. ve Eppel, A., Sınırda kişilik bozukluğunun karakteristikleri: bir Kanada çalışması. *Canadian Journal of Psychiatry* 33, 336–40 (1988).

265 Soloff, P. H. ve Millward, J. W., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların gelişimsel geçmişleri. *Comprehensive Psychiatry* 24, 574–88 (1983).

266 Zanarini, M. C., Gunderson, J. G., Marino, M. F., Schwartz, E. O. ve Frankenburg, F. R., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların çocukluk dönemi deneyimleri. *Comprehensive Psychiatry* 30, 18–25 (1989).

267 Gunderson, J. G. ve Englund, D. W., Sınırda kişilik bozukluğu olanların ailelerini karakterize etmek. Bir literatür incelemesi. *Psychiatric Clinics of North America* 4, 159–68 (1981).

268 Zweig-Frank, H. ve Paris, J., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların anılarına binaen ebeveynlerin duygusal ihmali ve aşırı korumacılığı. *American Journal of Psychiatry* 148, 648–51 (1991).

269 Trull, T. J., Sher, K. J., Minks-Brown, C., Durbin, J. ve Burr, R., Sınırda kişilik bozukluğu ve madde kullanımı bozuklukları: bir inceleme ve birleştirme. *Clinical Psychology Review* 20, 235–53 (2000).

270 Loranger, A. W., Oldham, J. M. ve Tulis, E. H., DSM-III sınırda kişilik bozukluğunun ailevi iletimi. *Archives of General Psychiatry* 39, 795–9 (1982).

271 Torgersen, S., Sınırda kişilik bozukluğu olan hastaların genetikleri. *Psychiatric Clinics of North America* 23, 1–9 (2000).

272 Adolphs, R., Spezio, M. L., Parlier, M. ve Piven, J., Otistik çocuğu olan ebeveynlerde belirgin yüz işleme stratejileri. *Current Biology* 18, 1090–3 (2008).

273 Dorris, L., Espie, C. A. E., Knott, F. ve Salt, J., Asperger Sendromlu insanların kardeşlerindeki zihin okuma güçlükleri: belirli bir bilişsel alanın gelişimi için genetik bir etkinin kanıtı. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 45, 412–18 (2004).

274 Losh, M., Adolphs, R., Poe, M. D., Couture, S., Penn, D., Baranek, G. T. ve Piven, J., Otizmin ve yaygın otizm fenotipinin nörofizyolojik profili. *Archives of General Psychiatry* 66 (5), 518–26 (2009).

275 Hoekstra, R., Bartels, M., Hudziak, J., Van Beijsterveldt, T. ve Boomsma, D., Otistik özellikler ve davranış problemleri arasındaki genetik ve çevresel bağlantılı-varyasyon. *Twin Research and Human Genetics* 10 (6), 853–60 (2007).

276 Bailey, A., Le Couteur, A., Gottesman, I., Bolton, P., Simmonoff, E., Yuzda, E. ve Rutter, M., Fazlasıyla genetik bir bozukluk olarak otizm: İngilizlerin ikizler üzerine yaptığı bir çalışmadan elde edilen kanıt. *Psychological Medicine* 25, 63–77 (1995).
277 Folstein, S. ve Rutter, M., Bebeklik dönemi otizmi: 21 adet ikiz çift üzerine yapılmış bir genetik çalışma. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 18, 297–321 (1977).
278 Bell, C., Abrams, J. ve Nutt, D., Triptofan tükenme ve psikiyatri için çıkarımları. *British Journal of Psychiatry* 178, 399–405 (2001).
279 Caspi, A. ve Silva, P. A., Üç yaşta görülen huyla ilgili olan nitelikler genç dönem yetişkinlikteki kişilik özelliklerini önceden bildiriyor: bir doğum grubundan boylamsal kanıt. *Child Development* 66, 486–98 (1995).
280 Caspi, A., McClay, J., Moffitt, T. E., Mill, J., Martin, J., Craig, I. W., Taylor, A. ve Poulton, R., Kötü davranılmış çocuklardaki şiddet döngüsünde genotipin rolü. *Science* 297, 851–4 (2002).
281 Buckholtz, J. W. ve Meyer-Lindenberg, A., MAOA ve insan saldırganlığının nörogenetik mimarisi. *Trends in Neurosciences* 31, 120–9 (2008).
282 Meyer-Lindenberg, A., Buckholtz, J. W., Kolachana, B., Hariri, A. R., Pezawas, L., Blasi, G., Wabnitz, A., Honea, R., Verchinski, B., Callicott, J. H., Egan, M., Mattay, V. ve Weinberger, D. R., İnsanlardaki dürtüselliğin ve şiddetin genetik riskinin sinirsel mekanizmaları. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 103, 6269–74 (2006).
283 Hariri, A. R., Drabant, E. M., Munoz, K. E., Kolachana, B. S., Mattay, V. S., Egan, M. F. ve Weinberger, D. R., Duygusal bozukluklar için bir yatkınlık geni ve insan amigdalasının tepkisi. *Archives of General Psychiatry* 62, 146–52 (2005).
284 Hariri, A. R., Mattay, V. S., Tessitore, A., Kolachana, B., Fera, F., Goldman, D., Egan, M. ve Weinberger, D. R., Serotonin taşıyıcısı genetik varyasyonu ve insan amigdalasının tepkisi. *Science* 297, 400–3 (2002).
285 Takahashi, H., Takano, H., Kodaka, F., Arakawa, R., Yamada, M., Otsuka, T., Hirano, Y., Kikyo, H., Okubo, Y., Kato, M., Obata, T., Ito, H. ve Suhara, T., İnsanlardaki amigdala etkinliğine D1 ve D2 dopaminlerinin katkısı. *Journal of Neuroscience* 30, 3043–7 (2010).

286 Takahashi, H., Yahata, N., Koeda, M., Takano, A., Asai, K., Suhara, T. ve Okubo, Y., Duygusal işleme üzerindeki dopaminerjik ve serotonerjik manipülasyonun etkileri: farmalojik bir fMRG çalışması. *Neuroimage* 27 (4), 991–1001 (2005).

287 Kempton, M. J., Haldane, M., Jogia, J., Christodoulou, T., Powell, J., Collier, D., Williams, S. C. ve Frangou, S., Endişeli yüz duygularını fark etmede cinsiyetin ve COMT Val158Met polimorfizminin etkileri: bir fMRG çalışması. *International Journal of Neuropsychopharmacology* 12, 371–81 (2009).

288 Meyer-Lindenberg, A., Kolachana, B., Gold, B., Olsh, A., Nicodemus, K. K., Mattay, V., Dean, M. ve Weinberger, D. R., AVPR1A'nın otizmle bağlantılı genetik varyantları, sağlıklı insanlarda amigdalanın etkinleşmesini ve kişilik özelliklerini önceden bildiriyor. *Molecular Psychiatry* 14 (10), 968–75 (2009).

289 Kawagoe, R., Takikawa, Y. ve Hikosaka, O., Ödül beklentisi bazal sinir düğümündeki bilişsel sinyalleri ayarlıyor. *Nature Neuroscience* 1, 411–16 (1998).

290 Schultz, R., Gauthier, I., Klin, A., Fulbright, R. K., Anderson, A., Volkmar, F., Skudlarski, P., Lacadie, C., Cohen, D. ve Gore, J. C., Otistik ve Asperger Sendromlu bireylerin yüzlerini ayırt etme esnasında otistik ve Asperger Sendromlu bireylerdeki anormal ön temporal kortikal etkinlik. *Archives of General Psychiatry* 57, 331–40 (2000).

291 Chakrabarti, B., Kent, L., Suckling, J., Bullmore, E. T. ve Baron- Cohen, S., İnsan kanabinoid reseptör (CNR_1) geninin varyasyonları, mutlu yüzlere verilen striatal tepkiyi değiştiriyor. *European Journal of Neuroscience* 23, 1944–8 (2006).

292 Domschke, K., Dannlowski, U., Ohrmann, P., Lawford, B., Bauer, J., Kugel, H., Heindel, W., Young, R., Morris, P., Arolt, V., Deckert, J., Suslow, T. ve Baune, B. T., Kanabinoid reseptör 1 (CNR_1) geni: büyük çaplı depresyonda anti-depresan tedaviye verilen yanıt ve duygu işleme üzerindeki etki. *European Neuropsychopharmacology* 18, 751–9 (2008).

293 Wakabayashi, A., Baron-Cohen, S. ve Wheelwright, S., Empati kurmada ve sistemleştirmede bireysel ve cinsiyete özgü farklılıklar: Empati Katsayısı (EQ) ve Sistemleştirme Katsayısına (SQ) göre bireysel farklılıkların ölçülmesi. *Shinrigaku Kenkyu* 77, 271–7 (2006).

294 Baron-Cohen, S., Lutchmaya, S. ve Knickmeyer, R., *Prenatal Testosterone In Mind: Amniotic Fluid Studies* (Cambridge, Mass., 2004).

295 Chapman, E., Baron-Cohen, S., Auyeung, B., Knickmeyer, R., Taylor, K. ve Hackett, G., Fetal testosteron ve empati: Empati Katsayısı (EQ) ve "Gözlerden Zihin Okuma" testlerinden kanıt. *Social Neuroscience* 1, 135–48 (2006).

296 Young, L. J. ve Wang, Z., Eş bağlanmasının nörobiyolojisi. *Nature Neuroscience* 7, 1048–54 (2004).

297 Donaldson, Z. R. ve Young, L. J., Oksitosin, vazopressing ve sosyalliğin nörogenetiği. *Science* 322, 900–04 (2008).

298 Winslow, J. T. ve Insel, T. R., Sosyal tanımanın nöroendokrin temeli. *Current Opinions in Neurobiology* 14, 248–53 (2004).

299 Domes, G., Heinrichs, M., Michel, A., Berger, C. ve Herpertz, S. C., Oksitosin, insanlardaki "zihin-okumayı" geliştiriyor. *Biological Psychiatry* 61, 731–3 (2007).

300 Ebstein, R. P., Israel, S., Lerer, E., Uzefovsky, F., Shalev, I., Gritsenko, I., Riebold, M., Salomon, S. ve Yirmiya, N., Arginin vazopressin ve oksitosin, insan sosyal davranışlarını ayarlıyor. *Annals of the New York Academy of Sciences* 1167, 87–102 (2009).

301 Zak, P. J., Stanton, A. A. ve Ahmadi, S., Oksitosin, insanlarda cömertliği artırıyor. *Public Library of Science One* 2, e1128 (2007).

302 Kosfeld, M., Heinrichs, M., Zak, P. J., Fischbacher, U. ve Fehr, E., Oksitosin, insanlarda güveni artırıyor. *Nature* 435, 673–6 (2005).

303 Levine, A., Zagoory-Sharon, O., Feldman, R. ve Weller, A., Hamilelik ve doğum sonrası ilk zamanlardaki oksitosin: bireysel örüntüler ve anasal-fetal bağlanma. *Peptides* 28, 1162–9 (2007).

304 Chakrabarti, B., Dudbridge, F., Kent, L., Wheelwright, S., Hill-Cawthorne, G., Allison, C., Banerjee-Basu, S. ve Baron-Cohen, S., Seks steroidleri, sinirsel büyüme ve sosyal-duygusal davranışlarla bağlantılı genler, otistik özellikler, empati ve Asperger Sendromu ile ilişkilidirler. *Autism Research* 2, 157–77 (2009).

305 Jeon, D., Kim, S., Chetana, M., Jo, D., Ruley, H. E., Lin, S. Y., Rabah, D., Kinet, J. P. ve Shin, H. S., Gözlemsel korku öğrenme, duygusal acı sistemini ve ACC'deki Cav1.2 Ca2+ kanallarını içerir. *Nature Neuroscience* 13, 482–8 (2010).

306 Mednick, S. A. ve Kandel, E. S., Şiddetin doğuştan gelen belirleyicileri. *Bulletin of the American Academy of Psychiatry* Law 16, 101–9 (1988).

307 Raine, A., Ek açıklama: Çocuklardaki anti-sosyal ve saldırgan davranışların gelişiminde prefrontal eksikliklerin, düşük otonomik uyarılmanın ve erken dönem sağlık faktörlerinin rolü. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 43, 417–34 (2002).

308 de Waal, F., *The Age of Empathy: Nature's Lessons For a Kinder Society* (New York, 2009).

309 de Waal, F., Leimgruber, K. ve Greenberg, A. R., Eli açıklık, maymunlar için kendi kendini ödüllendiricidir. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 105 13685–9 (2008).

310 Mineka, S., Davidson, M., Cook, M. ve Keir, R., Rhesus maymunlarındaki yılan korkusunun gözlemsel koşullanması. *Journal of Abnormal Psychology* 93, 355–72 (1984).

311 Harlow, H. F., Dodsworth, R. O. ve Harlow, M. K., Maymunlarda toptan sosyal yalıtım. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 54, 90–7 (1965).

312 Rice, G. E. ve Gainer, P., Albino sıçandaki "özgecilik". *Journal of Comparative and Physiological Psychology* 55, 123–5 (1962).

313 Masserman, J. H., Wechkin, S. ve Terris, W., Rhesus maymunlarındaki "özgeci" davranışlar. *American Journal of Psychiatry* 121, 584–5 (1964).

314 Povinelli, D. J., Hayvanlar empati kurabilirler mi? *Scientific American Presents: Exploring Intelligence* 9, 67, 72–5 (1998).

315 Golan, O., Baron-Cohen, S., Wheelwright, S. ve Hill, J. J., Empatiyi sistemleştirme: Asperger Sendromlu yetişkinlere karmaşık duyguları, etkileşimli multimedya kullanarak tanımayı öğretme. *Development and Psychopathology* 18, 589–615 (2006).

316 Golan, O., Baron-Cohen, S., Ashwin, E., Granader, Y., McClintock, S., Day, K. ve Leggett, V., Otizm spektrum durumu olan çocuklarda duygu tanımayı geliştirme: üzerinde gerçek duygusal yüzler olan hareketli araçları kullanarak araya girme. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 40, 269–79 (2010).

317 Hollander, E., Bartz, J., Chaplin, W., Phillips, A., Sumner, J., Soorya, L., Anagnostou, E. ve Wasserman, S., Oksitosin, otizmde

akılda tutmayı güçlendiriyor. *Biological Psychiatry* 61, 498–503 (2007).
318 Baron-Cohen, S. ve Machlis, A., Yoğun müzakereler ille de işe yararlar diye bir şey yok ama yoğun empati yarar. The Jewish Chronicle, 5 June 2009, p.31.
319 Treasure, J. L., Anoreksiya nervosanın fenotipinin derinlerine inmek: uygulanabilir endofenotip ve genotip arayışı. *Canadian Journal of Psychiatry* 52, 212–19 (2007).
320 Gillberg, C., Emanuel Miller Dersi, 1991: Otizm ve otistiğe benzer durumlar: empati bozuklukları arasındaki alt sınıflar. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 33, 813–42 (1992).
321 *Daily Mail*, online yayın, 22 Eylül 2009.
322 Arendt, H., Eichmann Kudüs'te: *A Report on the Banality of Evil* (New York, 1963).
323 Haslam, S. A. ve Reicher, S. D., Kötülüğün sıradanlığını sorgulamak. *The Psychologist* 21, 16–19 (2008).
324 Milgram, S., *Obedience to Authority: An Experimental View* (New York, 1974).
325 Zimbardo, P., *The Lucifer Effect: Understanding How Good People Turn Evil* (New York, 2007).
326 Browning, C. R., *Ordinary Men: Reserve Police Battalion 101 and the Final Solution in Poland* (Londra, 2001).
327 Cesarini, D., *Eichmann: His Life and Crimes* (Londra, 2004).
328 Evans, R., *In Hitler's Shadow* (Londra, 1989).
329 *Guardian*, 12 Mayıs 2004.
330 *Guardian*, 18 Temmuz 2003.
331 Auyeung, B., Baron-Cohen, S., Chapman, E., Knickmeyer, R., Taylor, K. ve Hackett, G., Fetal testosteron ve Çocuk Sistemleştirme Katsayısı (SQ-C). *European Journal of Endrocrinology* 155, 123–30 (2006).
332 *Daily Telegraph*, 19 Mart 2009.
333 *Slate*, 20 Nisan 2004.
334 CNN News, 28 Temmuz 2009.
335 *The Globe and Mail*, Ontario yayını, 29 July 2009.
336 Burnett, S. ve Blakemore, S. J., Ergenlik dönemi sosyal bilişin gelişimi. *Annals of the New York Academy of Sciences* 1167, 51–6 (2009).

337 Ashwin, C., Chapman, E., Colle, L. ve Baron-Cohen, S., Otizmdeki negatif temel duyguların zarar görmüş tanınması: amigdala kuramının sınanması. *Social Neuroscience* 1, 349–63 (2006).

338 Owens, G., Granader, Y., Humphrey, A. ve Baron-Cohen, S., LEGO® terapisi ve dil programının sosyal kullanımı: Yüksek işlevli otizmi ve Asperger Sendromu olan çocuklar için iki sosyal beceri müdahalesinin bir değerlendirmesi. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 38, 1944–57 (2008).

339 BBC Television, 6 Aralık 2009.

340 *Time Magazine*, 26 Eylül 1977.

Dizin

P

R

S-Ş

T

U-V-W

Y-Z

Sınırda kişilik bozukluğu, psikopati, narsisizm, otizm... Bu tanıların konduğu kişilerin ortak bir noktası var: empati eksikliği.

Empati eksikliğinin sebep olabileceği durumlar bazen son derece tehlikeli boyutlara ulaşabilmekte. Verilecek en iyi örnek Nazi "bilim insanları" olsa da, Columbine Lisesi Katliamı, Uganda'daki isyancı askerlerin anneleri çocuklarını öldürmeye zorlamaları gibi dünyanın her yerinden birçok vaka bu durumun ne gibi sonuçlara varabileceğini kanıtlıyor.

Kötülüğün Anatomisi, ödüllü psikolog Simon Baron-Cohen'in insan zalimliğine dair geliştirdiği beyin temelli yeni teoriyi ele alıyor. Sadece biyolojik değil, sosyal ve çevresel etmenlerin de empati erozyonuna neden olabileceğini öne süren Baron-Cohen kötülüğe, yani kendi deyişiyle empati eksikliğine dair süregelen fikirlere yeni bir bakış açısı sunarak literatüre oldukça nitelikli bir kaynak sağlıyor.

İnsanların en dehşet verici türlerine dair daha güçlü bir anlayış oluşturmamız için oldukça önemli bir adım.

— BOSTON GLOBE

Kötülük kavramına yeni bir bakış açısı getiren basit ama oldukça ikna edici bir hipotez.

— NEW YORK TIMES

internet satış:
saykitap.com
17,50 TL



ISBN 978-605-02-0525-1



SAY YAYINLARI

Psikoloji